

จากจิตวิทยา ผู้จิตภาวนา

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)



อนุสรณ์

งานพระราชทานเพลิงศพ

เรืออากาศตรี พูลชัย เนียมวัฒนะ

ณ เมรุวัดพานิชนาราม อ.วัดสิงห์ จ.ชัยนาท

วันเสาร์ที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๕



จากจิตวิทยา สู่จิตภาวนา

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต)

พิมพ์ครั้งแรก ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๕	
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์	
ร่วมอุทิศกุศลในพิธีทักษิณานุปทาน สัตตมวาร	
นายสำราญ อารยางกูร	๑,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒ (ปรับปรุงเพิ่มเติม) - มีนาคม ๒๕๓๕	
- กองทุนศาสตราจารย์ ดร.อุบล เรียงสุวรรณ	
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	
บางเขน กทม. ๑๐๙๐๓ โทร. ๕๖๑-๔๘๘๙	๒,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๓ (ปรับปรุงเพิ่มเติม) - เมษายน ๒๕๓๕	
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์	
ร่วมอุทิศกุศลในงานพระราชทานเพลิงศพ พระพรหมคุณาภรณ์	
วัดพระนารายณ์มหาราช จ.นครราชสีมา	๑,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๔ (ปรับปรุงเพิ่มเติม) - เมษายน ๒๕๓๕	
- ทูลส่งเสริมพุทธธรรม	๑,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๕ - กุมภาพันธ์ ๒๕๓๖	
- งานพระราชทานเพลิงศพ คุณแม่จิตจำเนียร สิงห์ดี	๕๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๖ - เมษายน ๒๕๓๙	
- มูลนิธิพุทธธรรม	
พิมพ์ครั้งที่ ๗ - กุมภาพันธ์ ๒๕๔๕	
- งานพระราชทานเพลิงศพ เรืออากาศตรี พูลชัย เนียมวัฒนะ	
โดยคณะเจ้าภาพ : โสมนัส - พ.ท.สังัด สุวรียนนท์	
สมศรี เนียมวัฒนะ	
อุษา เนียมวัฒนะ	
พ.ต.ท.พูลศักดิ์ - เจริญศรี เนียมวัฒนะ	
ลัดดาวัลย์ - สวัสดิ์ บำเพ็ญ	๑,๔๐๐ เล่ม

อนุโมทนา

วันเสาร์ที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๕ เป็นวาระสำคัญที่จะมีพิธีพระราชทานเพลิงศพ เรืออากาศตรี พูลชัย เนียมวัฒนะ อดีตรองผู้ว่าราชการจังหวัดน่าน ณ เมรุวัดพานิชวนาราม (วัดป่า) อ.วัดสิงห์ จ.ชัยนาท

โดยอนุสรณ์ด้วยอำนาจแห่งญาติธรรมต่อผู้วายชนม์ นายสาธิตและนางลัดดาวัลย์ บำเพ็ญ ผู้เป็นน้องเขยและน้องสาว ได้แจ้งกุศลฉันทะที่จะจัดพิมพ์หนังสือ จากจิตวิทยา สู่อัตถิภาวนา เป็นธรรมทาน เพื่ออุทิศกุศลแก่ท่านผู้ล่วงลับ และแจกเป็นที่ระลึกตอบแทนน้ำใจของท่านผู้มาร่วมงาน เป็นการเผยแพร่หลักธรรมให้อำนวยประโยชน์สุขแก่ประชาชนกว้างขวางออกไป อาตมภาพขออนุโมทนา

การพิมพ์หนังสือแจกมอบในโอกาสนี้ เป็นการอุทิศกุศลด้วยธรรมทานที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่าเป็นทานอันเลิศ ชนะทานทั้งปวง และเป็นธรรมานุสรณ์ที่มีคุณค่าอันกว้างขวางและยั่งยืน แสดงถึงความปรารถนาประโยชน์สุขที่เป็นแก่นสารแก่ประชาชนทั่วไป

ขออำนาจแห่งธรรมทานกุศลจริยา ที่คณะเจ้าภาพได้บำเพ็ญครั้งนี้ จงอำนวยสุขสมบัติ แก่ เรืออากาศตรี พูลชัย เนียมวัฒนะ ในสัมปรายภพสมตามมโนปณิธานของคณะเจ้าภาพ ตามควรแก่คติวิสัยทุกประการ

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

๒๔ มกราคม ๒๕๔๕

จะขอสรุปหัวข้อทั้ง ๔ ที่แสดงถึงสภาพชีวิตจิตใจของ
คนในสังคมตะวันตกที่พัฒนาแล้วในปัจจุบัน ซึ่งมีปัญหาใน
ลักษณะที่เป็นความขัดแย้ง เป็นการทบทวนอีกครั้งหนึ่ง คือ

๑. ในขณะที่สังคมมีคนมากมายคับคั่งยิ่งขึ้น บุคคล
กลับโดดเดี่ยวเดี่ยวตายว่าเหงวยิ่งขึ้น
๒. ในขณะที่คนกำลังเฝ้าหาต้องการให้ตัวตนของตนได้
รับการยอมรับอย่างเต็มที่ สังคมกลับปฏิบัติต่อ
บุคคลอย่างไม่เป็นตัวเป็นตนยิ่งขึ้น
๓. ในขณะที่อุตสาหกรรมและเทคโนโลยีช่วยให้คนมี
วัตถุปรนเปรอพร้อมพร้อมเต็มบ้าน แต่ในใจคน
กลับว่างเปล่ากลวงโง่ยิ่งขึ้น
๔. ในขณะที่คนผู้กลวงในวังวนนี้จากตัวเองออกไปหา
จะพึ่งพาสังคม สังคมก็ทำให้เขาอกหัก เพราะ
ขาดความจริงใจไมตรีที่แท้จริง

หนังสือเรื่อง “จากจิตวิทยา สู่วิจิตภาวนา” นี้ เป็นคำบรรยายภาค
บทนำ ในคำบรรยายชุดที่เรียกว่า จิตวิทยากับการเจริญภาวนา มีด้วยกัน
ทั้งหมด ๑๑ ตอน คำบรรยายชุดนี้ได้จัดทำขึ้นเป็นวีดิทัศน์ ตามโครงการ
ฝึกปฏิบัติทางจิตตามแนวพุทธศาสตร์ สำหรับนิสิตชั้นปริญญาโทของภาค
วิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์ สถานที่บรรยายและถ่ายทำ คือสถานพำนักสงฆ์สายใจธรรม
บนเขาส่าโรง-ดงยาง ต.หนองแห่น อ.พนมสารคาม จ.ฉะเชิงเทรา อันเป็น
สถานที่ที่ผู้บรรยายไปจำพรรษาอยู่ ในปี ๒๕๓๔ เฉพาะคำบรรยายภาค
บทนำนี้ ได้ถ่ายทำเมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๓๔

ต่อมาภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษา
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยการปรารภและเสนอแนะของ
ผศ.ดร.อาภา จันทรสกุล ได้แจ้งกุศลฉันทะจะขอพิมพ์คำบรรยายนี้ขึ้น
เผยแพร่เป็นเล่มหนังสือ โดยจะเริ่มต้นด้วยคำบรรยายภาคบทนำที่ตั้งชื่อว่า
“จิตวิทยา กับ จิตภาวนา” นี้ก่อน และได้ให้นิสิตปริญญาโทออกเทปขึ้น
ไว้ นำมาถวายเป็นให้ผู้บรรยายตรวจความเรียบร้อย แต่ประจวบกับที่ผู้
บรรยายอาพาธโรคตาอักเสบเป็นเวลายาวนาน จึงไม่มีโอกาสจะได้ตรวจดู
บทบรรยายนั้น เวลาที่ผ่านมาล่วงไป โดยที่การอาพาธได้กลายเป็นภาวะ
เรื้อรังไม่หายตลอดเวลาหลายเดือน จึงไม่อาจจะตรวจแก้ปรับปรุงให้
เรียบร้อยด้วยดีได้

อย่างไรก็ตาม เพื่อให้คำบรรยายเรื่องนี้ สำเร็จประโยชน์ตามกุศล
เจตนาของภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ แม้ว่าผู้บรรยายจะไม่สามารถตรวจแก้
ปรับปรุงให้สมบูรณ์ได้ ก็คิดว่าจะใช้วิธีตรวจแก้อย่างเดียวกับที่ใช้กับ

หนังสือเล่มอื่นที่จัดพิมพ์ขึ้นในช่วงนี้ คือใช้วิธีหูกับปาก กล่าวคือ ขอให้พระมหาอินศร จินดาปญโญ ช่วยอ่านบทบรรยายจากข้อความที่ลอกเทปให้ฟัง แล้วผู้บรรยายบอกโดยทางปากเปล่าให้พระมหาอินศร ช่วยเขียนตามคำบอก การตรวจแก้คำบรรยายก็สำเร็จลงในขั้นหนึ่ง

เพื่อให้เรียบร้อยยิ่งขึ้น ในเมื่อผู้บรรยายไม่สามารถอ่านคำบรรยายที่พิมพ์ออกมาได้โดยตลอด นอกจากพระมหาอินศร จะช่วยพิมพ์ด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ และได้รับความร่วมมือจากคุณชวัต ศະธรรม ช่วยพิสูจน์อักษรให้ขั้นหนึ่งแล้ว ก็ได้ขอให้ ผศ.ดร.อาภา จันทรสกุล ช่วยอ่านคำบรรยายนี้โดยตลอดอีกครั้งหนึ่งด้วย ทำให้บทบรรยายนี้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดีพอสมควร จึงขออนุโมทนาขอขอบคุณท่านที่ได้กล่าวนามมา ณ ที่นี้เป็นอย่างยิ่ง

อย่างไรก็ตาม เนื่องด้วยเป็นหนังสือฉบับหูกับปาก ก็จะมีข้อบกพร่องบางประการอยู่ กล่าวคือ นอกจากจะต้องปรับปรุงขัดเกลารายเรื่องสำนวนภาษา ให้เรียบร้อยราบรื่นกลมกลืนยิ่งขึ้นแล้ว หนังสือนี้ก็ยังมีขาดการอ้างอิงเอกสารหลักฐานที่มา ซึ่งหวังไว้ว่าจะได้จัดทำให้เรียบร้อยสมบูรณ์ในโอกาสต่อไป

อนึ่ง ขณะที่ยังอยู่ในระหว่างการจัดทำต้นแบบหนังสือเพื่อส่งเข้ารับการตีพิมพ์ในโรงพิมพ์ และยังไม่เสร็จเรียบร้อยดี ก็ประจวบเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน คือ โยมพ่อสํารัญ อารยางกูร ได้ถึงแก่กรรม และในโอกาสที่จะทำบุญ ๗ วัน ทางมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้แจ้งความประสงค์จะขอพิมพ์หนังสือเล่มใหม่สุดหรือเล่มล่าสุดของผู้บรรยาย ก็จึงตกลงจัดพิมพ์หนังสือเรื่อง จิตวิทยากับจิตภาวนา นี้ เป็นธรรมทานในโอกาสทำบุญ ๗ วันนั้น โดยได้รับความร่วมมือจากทางคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยเฉพาะภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว เพื่อให้ออกาสตีพิมพ์หนังสือนี้ ก่อนที่จะพิมพ์ออกมาในนามของมหาวิทยาลัย และทางโรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ช่วยเร่งดำเนิน

การตีพิมพ์อย่างรีบด่วนให้เสร็จภายใน ๒ วัน

ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ การจัดพิมพ์ในนามของคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ที่เป็นผู้ดำริเริ่มแรก จึงกลายเป็นการพิมพ์ครั้งที่ ๒ แต่ก็เป็นกรพิมพ์ที่ทำให้หนังสือมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เนื่องด้วยมีช่วงเวลาและผู้เรียบเรียงได้โอกาสที่จะแก้ไขปรับปรุงใน ๒ ประการ คือ

ประการแรก ในการพิมพ์ครั้งแรกที่รีบด่วน ผู้เรียบเรียงไม่ทันนึกถึงชื่อหนังสือที่เปลี่ยนเตรียมไว้ก่อนว่า จากจิตวิทยา สูจิตภาวนา และได้ให้ชื่อที่ผิดพลาดไปว่า จิตวิทยากับจิตภาวนา ในการพิมพ์ครั้งที่สองนี้ ได้แก้ไขชื่อหนังสือให้ถูกต้องแล้ว

ประการที่สอง ในการพิมพ์ครั้งใหม่นี้ ได้ใช้วิธีตากับมือตรวจชำระหนังสือฉบับเดิมแบบผ่านตลอด ถึงแม้ส่วนใหญ่จะปล่อยไว้อย่างเดิมตามฉบับหูกับปาก โดยยังถือได้ว่าเป็นหนังสือฉบับหูกับปาก แต่ก็ได้ปรับปรุงแทรกเสริมความบางแห่ง และจัดวรรคตอนให้อ่านได้ชัดเจนยิ่งขึ้น พร้อมทั้งแสดงหลักฐานที่มาไว้ด้วยหลายแห่ง ทำให้หนังสือสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ในการนี้ ได้พิจารณาเห็นว่า หนังสือเล่มนี้เหมาะที่จะเผยแพร่ให้เป็นประโยชน์กว้างขวางออกไป จึงได้ตกลงให้ใช้ทุนส่งเสริมพุทธธรรมจัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานอีกส่วนหนึ่งด้วย

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)

สารบัญ

อนุโมทนา	(๕)
บันทึกนำ	(๗)

จากจิตวิทยา สู่จิตภาวนา

๑. จุดบรรจบที่แฝงความแตกต่าง	๑
ความสนใจพระพุทธศาสนาในประเทศตะวันตก	๒
แนวโน้มใหม่ของความสนใจพระพุทธศาสนาในตะวันตก	๒
ความแตกต่างระหว่างจิตวิทยาตะวันตก กับพระพุทธศาสนา	๓
จุดต่างที่สำคัญระหว่างจิตวิทยากับพระพุทธศาสนา	๖
วิธีการที่ต่างกันเกิดจากการมองที่ต่างกัน	๘
ความสัมพันธ์เชิงระบบภายในองค์รวม	๑๑
โยงจิตกับปัญญา ตลอดจนมาถึงพฤติกรรม	๑๓
๒. ความแตกต่างที่ต้องนำมาบรรจบ	๑๕
สังคมยังพัฒนา แต่จิตใจมนุษย์ยังมีปัญหา	๑๕
จุดที่จิตวิทยาสนใจและขยายความหมาย	
มาบรรจบกับพระพุทธศาสนา	๑๙
โทษอาจเกิดขึ้น และแก้ปัญหาไม่ได้	
ถ้าเอาพระพุทธศาสนาไปใช้แบบครึ่งๆ กลางๆ	๒๒
วิธีการต้องตั้งอยู่บนฐานของทฤษฎี	๒๖

๓. จากจิตวิทยา จบที่ปัญญาภาวนา	๒๙
ที่มาและลักษณะปัญหาจิตใจของคนในยุคปัจจุบัน	๒๙
สังคมวางแนวความคิดไว้เอียงสุด จิตมนุษย์ก็เกิดความขัดแย้ง	
เพราะมีความต้องการที่ไม่อาจสนอง	๓๓
ตะวันตกเปลี่ยนจากเหงาเมื่ออยู่เดียว ไปเป็นเหงากลางหมู่	๓๔
พุทธเปลี่ยนจากอยู่เดียวเปลี่ยวใจ ไปเป็นอยู่เดียวแสนสุข	๓๖
แก้ปัญหาจากสังคม หรือแก้ที่ตัวบุคคล	๓๘
การแก้ปัญหาอย่างมีกระบวนการวิธีและเป็นระบบ	๓๙
เพราะว่างจึงเต็ม เพราะไม่ว่างจึงกลวง	๔๑
เมื่อเต็มแล้ว จะอยู่เดียวก็เป็นสุข	
จะอยู่ในสังคมก็เป็นสุข และทำสังคมให้เป็นสุขด้วย	๔๓
เชิงอรรถ	๔๗

จากจิตวิทยา สู่อจิตภาวนา*

เจริญพร ท่านผู้สนใจเจริญภาวนาทุกท่าน

วันนี้ อาตมาจะพูดในหัวข้อเรื่อง “จิตวิทยากับการเจริญภาวนา” หัวข้อนี้จะว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยากับข้อปฏิบัติที่เกี่ยวกับจิตใจในพระพุทธศาสนา ถ้าจะเรียกให้กระทัดรัดเข้าอีก ก็อาจจะใช้ชื่อหัวข้อว่า จิตวิทยากับจิตภาวนา แต่ในที่นี้จะเรียกชื่อให้มองเห็นเนื้อหาที่จะพูดต่อไปได้ชัดยิ่งขึ้นว่า จากจิตวิทยา สู่อจิตภาวนา

เมื่อพูดถึงคำว่า จิตวิทยา ก็คงจะต้องทำความเข้าใจกันหน่อยว่า จิตวิทยาในที่นี้ก็คือวิชาการสมัยใหม่ ที่เราเรียกชื่อนั้น ซึ่งเกิดขึ้นในประเทศตะวันตก และได้พัฒนามาในประเทศตะวันตก

เมื่อพูดถึงจิตวิทยาตะวันตกโดยเอามาสัมพันธ์กับพระพุทธศาสนา ก็เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ในเชิงวิชาการ เพื่อให้ความเข้าใจในเรื่องนี้ชัดเจน อาตมาเห็นว่าควรจะไปหาเรื่องความสัมพันธ์ในเชิงเหตุการณ์ คือความสัมพันธ์ในทางประวัติศาสตร์ด้วย

* บรรยาย เพื่อการถ่ายทอดวิทัศน์ สำหรับนิสิตในโครงการฝึกปฏิบัติทางจิตตามแนวพุทธศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตอน จิตวิทยากับการเจริญภาวนา ที่สถานพำนักสงฆ์สายใจธรรม ณ เขาสำโรง-ดงยาง อ.พนม-สารคาม จ.ฉะเชิงเทรา ๒๘ สิงหาคม ๒๕๓๔

- ๑ -

จุดบรรจบที่แฝงความแตกต่าง

ความสนใจพระพุทธศาสนาในประเทศตะวันตก

ว่าที่จริงนั้น เวลาในโลกตะวันตกมีความสนใจพระพุทธศาสนากันมาก พูดได้ว่ามีความสนใจเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อ ๒-๓ วันนี้ อาตมาฟังวิทยุ VOA คือ วิทยุเสียงอเมริกา ก็พูดถึงความเจริญและขยายตัวอย่างรวดเร็วของพระพุทธศาสนาในประเทศอเมริกา

เขาบอกว่า เมื่อ ๒๐ ปีก่อนโน้น ศูนย์หรือสำนักต่าง ๆ ในทางพระพุทธศาสนามีสักหีบมือเดียว แต่ในปัจจุบันนี้มีถึง ๔๒๕ แห่ง ซึ่งนับว่าเป็นจำนวนที่มาก และมีสถิติที่ยังไม่ถึงกับยืนยันว่าจำนวนชาวพุทธได้เพิ่มขึ้นจากจำนวนแสนเป็นสองหรือสามล้านคน นอกจากนั้นเขายังเอาจำนวนชาวพุทธที่เพิ่มขึ้นนี้ไปเทียบกับจำนวนชาวยิวซึ่งยังคงมีแค่ประมาณ ๔ ล้านคน ซึ่งนับว่าเป็นความเจริญก้าวหน้าของพระพุทธศาสนาในช่วงเวลานี้นับว่ารวดเร็วมาก

ความจริงนั้น พระพุทธศาสนาได้รับความสนใจจากตะวันตกมานาน เรียกได้ว่าถึงศตวรรษแล้ว ก่อนที่จะมาเจริญอย่างรวดเร็วในช่วง ๒๐ ปีนี้

ในช่วงก่อนโน้นคือในยุคอาณานิคมเมื่อฝรั่งเข้ามายึดครองดินแดนหลายแห่งในเอเชีย ในการปกครองเขาก็ต้องการให้คนของเขาเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมของท้องถิ่นด้วย

การเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมนี้ทำให้เขาได้เรียนรู้เรื่องศาสนาด้วย ดังนั้น ฝรั่งจำนวนหนึ่งจึงได้เรียนรู้พระพุทธศาสนา ผู้ที่สนใจศึกษาพระพุทธ

ศาสนาบางคนก็ได้มีความสนใจอย่างจริงจัง จนถึงกับได้อุทิศตัวให้แก่การศึกษาค้นคว้าเรื่องพระพุทธศาสนาอย่างเดียว โดยถือเป็นงานของชีวิตไป บางท่านก็หันมานับถือพระพุทธศาสนา

ในช่วงก่อนโน้น ความสนใจในพระพุทธศาสนานั้นจะเป็นไปในรูปแบบของความสนใจเชิงปัญญาหรือเชิงวิชาการ โดยเฉพาะระยะนั้น เป็นยุคที่อุตสาหกรรมกำลังเจริญใหม่ ๆ คนกำลังฝากความหวังไว้กับอุตสาหกรรม และอุตสาหกรรมซึ่งเน้นหนักในการใช้เทคโนโลยีก็เจริญขึ้นมาด้วยอาศัยวิทยาศาสตร์ คนจึงกำลังอยู่ในระยะที่ตื่นวิทยาศาสตร์มาก และมีความภูมิใจในความเจริญก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์

จุดที่ทำให้ชาวตะวันตกหันมาสนใจพระพุทธศาสนามาก ก็คือการที่เห็นว่าพระพุทธศาสนามีคำสอนที่สอดคล้องกับวิทยาศาสตร์ ดังที่เราจะเห็นว่าสมัยก่อนโน้นฝรั่งอ้างเรื่องกาลามสูตร^๑ กันมาก

พวกฝรั่งกันแปลกประหลาดอัศจรรย์ใจที่พระพุทธศาสนาไม่เหมือนกับศาสนาอื่นใดเลย ทั้งนี้ เพราะว่าศาสนาส่วนใหญ่นั้นจะเน้นเรื่องศรัทธา กล่าวคือต้องเชื่อตามที่ศาสนาสอน แต่เมื่อมาเจอพระพุทธศาสนา กลับได้พบคำสอนแบบกาลามสูตรที่บอกว่า อย่าเชื่อเพียงเพราะได้ยินได้ฟังตามกันมา ตลอดกระทั่งว่า อย่าเชื่อแม้แต่ด้วยถือว่าท่านผู้นี้เป็นครูของเรา คำสอนแบบนี้ทำให้ฝรั่งตื่นเต้น เห็นว่าคำสอนในพระพุทธศาสนาสอดคล้องกับวิทยาศาสตร์ นี่ก็เป็นเรื่องเก่า ๆ ที่ได้เป็นมาแต่ก่อน

แนวโน้มใหม่ของความสนใจพระพุทธศาสนาในตะวันตก

ครั้นถึงยุคปัจจุบัน ในระยะ ๒๐-๓๐ ปีนี้ แนวความสนใจได้เปลี่ยนไป คือ เนื่องจากสภาพความเปลี่ยนแปลงในทางสังคม กล่าวคือหลังจากที่การพัฒนาอุตสาหกรรมนั้นได้เจริญมาอย่างมากมายระยะหนึ่งแล้ว ก็ปรากฏว่าได้ทำให้เกิดปัญหาจากการพัฒนานั้น

คนจำนวนไม่น้อยได้มีปัญหาจากการดำเนินชีวิตที่ผิดพลาด อย่างที่ฝรั่งเรียกว่าเป็นปัญหาเกี่ยวกับวิถีชีวิต (life-style) วิถีชีวิตที่ผิดพลาดได้ทำให้เกิดปัญหาในทางจิตใจมาก ซึ่งบางทีเขาก็โทษว่าเกิดจากการใช้เทคโนโลยีในทางที่ผิด แต่รวมแล้วก็เรียกได้ว่าเป็นปัญหาของยุคอุตสาหกรรม

เมื่อคนมีปัญหาทางจิตใจมากทั้ง ๆ ที่มีวัตถุพร้อมมากขึ้น ก็ทำให้เขาหันมาสนใจพระพุทธศาสนาในแง่ใหม่ เพราะเห็นว่าศาสนาตะวันออกซึ่งรวมทั้งพระพุทธศาสนาด้วยนี้ มีการเน้นเรื่องการปฏิบัติทางจิตใจ โดยเฉพาะก็คือเรื่องสมาธิเป็นจุดเด่น ดังนั้น ในช่วงหลังนี้พวกฝรั่งจึงหันมาสนใจพระพุทธศาสนาในแง่การแก้ปัญหาทางจิตใจเป็นสำคัญ

ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ การฝึกปฏิบัติสมาธิหรือการเจริญภาวนา จึงได้กลายเป็นความนิยมเอียงและเป็นอาการทั่วไปของความสนใจต่อพระพุทธศาสนาในสังคมตะวันตก เช่น ในประเทศอเมริกาเป็นต้น ซึ่งมีใช่เฉพาะในวงการทางวิชาการเท่านั้น แต่หมายถึงบุคคลทั่ว ๆ ไปในสังคมอเมริกันนั้นทุกวงการ

พร้อมกับการที่บุคคลทั่วไปมีความสนใจและนิยมเอียงมาอย่างนี้ วงวิชาการโดยเฉพาะจิตวิทยาก็ได้หันไปสนใจด้วย แล้วก็มีการศึกษาเรื่องพระพุทธศาสนากัน ทั้งในเชิงวิชาการคือจิตวิทยาภาคทฤษฎี และในเชิงปฏิบัติการหรือภาคปฏิบัติโดยเฉพาะก็คือการเจริญสมาธิตั้งได้กล่าวมาแล้ว

จะเห็นว่า ในระยะหลังคือประมาณ ๒๐-๓๐ ปีนี้ ได้มีศูนย์ปฏิบัติสมาธิตั้งขึ้นในประเทศตะวันตก โดยเฉพาะในประเทศอเมริกามากมาย พระพุทธศาสนาแบบเซนก็เข้าไป แบบทิเบตก็เข้าไป แบบเถรวาทก็เข้าไป ดังเช่นสถาบันของทิเบตที่เรียกว่า สถาบันนาโรปะ (Naropa Institute) ที่เมืองโบลเดอร์ (Boulder) รัฐโคโลราโด (Colorado)

สถาบันนาโรปะนี้ได้จัดดำเนินการศึกษาพระพุทธศาสนา นอกจากฝึกสมาธิซึ่งเป็นภาคปฏิบัติแล้วยังมีการสอนจิตวิทยา ในเชิงวิชาการด้วย

มีการให้ปริญญา ซึ่งเท่าที่ทราบก็ถึงระดับปริญญาโทแล้ว มีชาวตะวันตกพากันไปเรียนและฝึกปฏิบัติด้วย

สำนักของทิเบตนี้ได้มีสาขาไปทั่วประเทศอเมริกามากมาย เท่าที่จำได้เมื่อหลายปีก่อนก็มีถึง ๓๐-๔๐ แห่ง แต่สำหรับปัจจุบันนี้อาตมาไม่ได้ติดตาม แต่เป็นที่รู้กันว่าก่อนหน้านี้มีนิกายเซนของญี่ปุ่นซึ่งเป็นพระพุทธศาสนาที่เน้นสมาธิ ได้เจริญแพร่หลายเป็นที่นิยมกันอย่างกว้างขวางอยู่ก่อน จนกระทั่งต่อมาไม่นานนี้ พระพุทธศาสนาแบบทิเบตจึงเฟื่องฟูขึ้นมา ถึงขั้นที่เรียกได้ว่าพอจะทัน ๆ กัน

ส่วนทางด้านพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท โดยมากจะเป็นชาวตะวันตกเอง ที่มาศึกษาในประเทศทางด้านเอเชียอาคเนย์นี้ มาฝึกปฏิบัติ บางทีก็มาบวชพระ ฝึกสมาธิ เจริญภาวนา และเมื่อกลับไปประเทศของตนแล้วก็ไปตั้งศูนย์เผยแผ่พระพุทธศาสนา แบบที่เน้นภาคปฏิบัติหรือการเจริญภาวนา ดังที่ได้มีขึ้นตามแห่งต่าง ๆ ดังเช่นที่เมืองบาร์เร (Barre) ที่รัฐแมสซาชูเซตส์ (Massachusetts)

ที่นั่นอาตมาก็เคยไปเยี่ยม มีเนื้อที่ประมาณ ๘๐ หรือ ๘๕ เอเคอร์ ก็จำไม่แม่น ตอนที่ไปเยี่ยมนั้นมีผู้เข้าปฏิบัติโดยเขาจัดทำเป็นคอร์ส

ในการเข้าปฏิบัติ คอร์ส (course) หนึ่ง ๆ ก็มีผู้เข้าร่วมประมาณ ๑๕๐ คน เป็นที่น่าสังเกตว่าผู้เข้าปฏิบัติส่วนมากจะเป็นคนหนุ่มสาวแทบทั้งสิ้น ที่ว่ามานี้ก็เป็นภาพของความสนใจต่อพระพุทธศาสนาในประเทศตะวันตก ซึ่งเน้นมาทางสมาธิจนกระทั่งว่า บางคราวการปฏิบัติสมาธิจะกลายเป็นความนิยมแบบแฟชั่นไป

ย้อนหลังไปกว่านั้นที่จริงนักจิตวิทยาได้มาสนใจเรื่องพระพุทธศาสนา ตั้งแต่ก่อนยุคที่มีความตื่นตัวในเรื่องสมาธิ คือว่า สมาธิ ในระยะแรก ๆ ก็ได้รับความสนใจจากคนจำนวนหนึ่ง และนักจิตวิทยาก็สนใจในการที่จะนำสมาธิมาใช้ในทางจิตบำบัดและในทางทฤษฎีจิตวิทยาของตน ซึ่งอาจจะกล่าวได้ว่าเกิดจากการที่ได้มองเห็นปัญหาของมนุษย์ในยุค

อุตสาหกรรมนี้แหละ

รวมความว่า เรื่องความสนใจในพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะภาคปฏิบัติคือการเจริญภาวนานี้ เกิดขึ้นในตะวันตกมากขึ้น ๆ ในระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงของสภาพชีวิตและสังคม ซึ่งมนุษย์ในยุคนี้ได้เกิดความผิดหวังกับการเจริญก้าวหน้าในทางอุตสาหกรรมและเกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้นมา มาก โดยเฉพาะปัญหาทางจิตใจ จนกระทั่งในปัจจุบันก็เกิดปัญหากับสภาพแวดล้อมซ้ำขึ้นมาอีก ซึ่งทำให้ปัญหาต่าง ๆ ประดังขึ้นมามากมาย

นอกจากนั้น ความรู้สึกที่ว่าวิชาการของตะวันตกเอง แม้แต่จิตวิทยานี้ก็ไม่เพียงพอที่จะแก้ปัญหาเหล่านั้น ประกอบกับความไม่รู้ของชาวตะวันตกเองด้วย ได้ทำให้กระแสความสนใจนี้มาบรรจบเข้ากับเรื่องพระพุทธศาสนา

ในแง่หนึ่งจึงมองได้ว่าชาวตะวันตก คือนักวิชาการ โดยเฉพาะนักจิตวิทยาได้หันมาสนใจพระพุทธศาสนา เนื่องจากต้องการจะนำเอาทฤษฎีปัญหาทางพระพุทธศาสนาไปใช้ประโยชน์ในวงวิชาการ เช่น จิตวิทยาสมัยใหม่หรือจิตวิทยาตะวันตกนั้น

มองในแง่หนึ่งก็เหมือนกับว่า ถ้าเราเอาจิตวิทยาตะวันตกเป็นหลัก ก็ดูคล้ายกับว่า จิตวิทยาตะวันตกนี้ มายอมรับเอาจิตวิทยาของพระพุทธศาสนาเป็นวิชาการที่พึงศึกษา

แต่ถ้ามองในแง่ของพระพุทธศาสนา เราถือว่าพระพุทธศาสนาเป็นตัวของตัวเอง คือมีระบบจิตวิทยาที่มีความสมบูรณ์ในตัวของตัวเอง อันนี้ก็เป็นเรื่องที่ควรจะทำให้ความเข้าใจกันเบื้องต้น

ความแตกต่างระหว่างจิตวิทยาตะวันตก กับพระพุทธศาสนา

เมื่อพูดในแง่นี้ก็เลยโยงไปหาเรื่องความเหมือนและความแตกต่างระหว่างจิตวิทยาในพระพุทธศาสนากับจิตวิทยาแบบตะวันตก ซึ่งแม้จะพูดในเชิงความสัมพันธ์ ก็ควรจะมองความแตกต่างไว้ด้วย เพราะการที่

จะเข้าใจความสัมพันธ์ได้ชัดเจน โดยมองเห็นภาพที่กระจ่าง จะต้องอาศัยความเข้าใจเกี่ยวกับความแตกต่างนั้นบ้างไม่มากก็น้อย

จิตวิทยาตะวันตกนั้น ในประวัติศาสตร์ของเขา ตามที่ได้เจริญพัฒนาขึ้นมาโดยมากก็จะอยู่ในขอบเขตของการเน้นเกี่ยวกับการแก้ปัญหาของคนป่วยทางจิตใจ โดยเฉพาะคนบ้า คนเสียสติ และคนที่มีความวิปริตทางจิตใจในแบบต่าง ๆ ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดเริ่มต้นของจิตวิทยาตะวันตก และเป็นแกนสำคัญของการพัฒนาทางจิตวิทยา

ที่ว่ามานี้ หมายความว่า จากการพยายามแก้ปัญหาของคนป่วยทางจิตเหล่านั้น ก็ได้มีการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับจิตใจของมนุษย์ แล้วจึงพัฒนาเป็นทฤษฎีขึ้นมา โดยที่การพัฒนาทฤษฎีนั้นก็มุ่งเพื่อแก้ปัญหาทางด้านจิตใจของคนป่วยเหล่านั้นเป็นสำคัญ แล้วต่อมาจึงมีการใช้จิตวิทยาในทางบวกด้วย

ที่ว่าในทางบวกนั้น ก็อย่างเช่นเรื่องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การพัฒนาเกี่ยวกับแรงจูงใจ และความรู้ต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในทางการศึกษา

แต่มีการใช้ในด้านหนึ่งที่คนทั่วไปมักเข้าใจ เมื่อพูดถึงคำว่า “จิตวิทยา” ซึ่งสัมพันธ์กับค่านิยมในยุคอุตสาหกรรม และแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาของจิตวิทยาตะวันตกนั้น ได้ประสานเข้ากับค่านิยมในยุคอุตสาหกรรม ทำให้คนทั่วไปมองจิตวิทยาเด่นไปในแง่ของการนำมาเป็นอุบายหรือใช้ประโยชน์ในการจัดการกับผู้อื่นเพื่อสนองความต้องการของตน

ยกตัวอย่าง เวลาพูดว่า คนนี้มีจิตวิทยาดี ก็จะมองในความหมายว่าเขาสามารถปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างได้ผล ในการที่จะแสวงหาผลประโยชน์ของตนเอง ทำจุดหมายของตนในการอยู่ในยุคแสงสว่างวัตุนี้นี้ให้ได้ผลดียิ่งขึ้น จึงกลายเป็นการจัดการกับผู้อื่นเพื่อให้เป็นไปตามความปรารถนาของตนเอง

ขอย้ำอีกที อย่างที่เรามีคำพูดกันว่า คนนี้มีจิตวิทยาดี คนนั้นมีจิตวิทยาดีนี้ ตามความหมายของตะวันตกมักจะมองกันในแง่ของการที่ว่า

จะนำความรู้เกี่ยวกับจิตใจมาใช้ในการที่จะทำจุดมุ่งหมายของตนให้สำเร็จ ความมุ่งหมายนั้นอาจจะเป็นความมุ่งหมายที่ดีหรือไม่ดีก็ได้

แต่ในยุคอุตสาหกรรมนั้น ค่านิยมเป็นไปในทางที่ว่าจะแสวงหาความพึงพร้อมทางวัตถุ คือ ลาภผล เกียรติยศ ชื่อเสียงให้กับตนเอง ฉะนั้น การมองถึงการใช้จิตวิทยามาสนองจุดหมายของตนเอง ก็เลยเป็นไปในแง่ของการแสวงหาลาภยศและการบำรุงบำเรอตนด้วยประการต่าง ๆ ซึ่งเป็นไปในเรื่องของการสนองความต้องการในทางที่เห็นแก่ตัวของตนเอง อันนี้ก็เป็นอย่างหนึ่งที่ควรจะสนใจเกี่ยวกับจิตวิทยาตะวันตกที่ได้พัฒนามา

ครั้นมาถึงปัจจุบันนี้ จิตวิทยาตะวันตกได้มาเผชิญกับปัญหาของยุคอุตสาหกรรม แนวโน้มก็จึงต้องเปลี่ยนไป คือเปลี่ยนจากการช่วยสนองความปรารถนาตามค่านิยมของยุคอุตสาหกรรม มาเป็นการหาทางช่วยแก้ปัญหาของมนุษย์ที่ประสบปัญหาจากการแสวงหาในยุคอุตสาหกรรม หรือตามค่านิยมในยุคเทคโนโลยีที่เป็นมาตั้งแต่สมัยก่อนโน้น สืบเนื่องเรื่อยมาจนกระทั่งถึงปัจจุบัน

จุดต่างที่สำคัญระหว่างจิตวิทยากับพระพุทธศาสนา

ที่นี้มองในฝ่ายพุทธ พระพุทธศาสนานั้นมองปัญหาจิตใจของคน โดยมีได้จำกัดอยู่ในวงของการป่วยทางจิต คือไม่ได้เน้นเรื่องคนไข้โรคจิต แต่ปัญหาจิตใจของคนในพระพุทธศาสนานั้น หมายถึงปัญหาของมนุษย์ทั่วไปทุกคน ที่ยังมีความทุกข์หรือยังมีความบกพร่อง ยังเป็นคนที่ไม่สมบูรณ์ พุดง่าย ๆ ก็คือ มนุษย์ทุกคนที่ยังไม่ไร้ทุกข์

ปัญหาของมนุษย์ทุกคนที่ยังไม่ไร้ทุกข์นี้เป็นจุดสนใจของพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น มองในแง่นี้แล้ว พระพุทธศาสนาก็สนใจปัญหาของคนธรรมดาสามัญที่อยู่ในสังคมทั่วไปนี้เอง แล้วขยายความสนใจนั้นออกไปครอบคลุมถึงเรื่องราวหรือปัญหาทั้งหมดที่มีผลต่อชีวิต

ของบุคคล และที่มีต่อสังคม

ขอให้มองดูประวัติการเกิดขึ้นของพระพุทธศาสนา จุดเริ่มต้นของพระพุทธศาสนา ก็คือการที่พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาถึงปัญหาความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความพลัดพราก ความโศกเศร้า ความไม่สมหวัง และความเดือดร้อนต่าง ๆ ที่มีอยู่เป็นธรรมดาในโลกมนุษย์ พุดง่าย ๆ ว่า ทรงพิจารณาเรื่องความทุกข์ของมนุษย์นี้เอง แล้วก็ทรงคิดหาทางแก้ไขปัญหาคือความทุกข์นั้น จนกระทั่งเสด็จออกจากวังไปศึกษาค้นคว้า เพียรพยายามต่าง ๆ และในที่สุดก็ได้ตรัสรู้ และตั้งพระพุทธศาสนาขึ้นมา นี่แหละคือจุดเริ่มต้นของพระพุทธศาสนา หรือจะเรียกว่า เป็นจุดเริ่มต้นของจิตวิทยาแบบพุทธศาสนาก็ได้

เราจึงพูดได้ว่า การพยายามแก้ปัญหาความทุกข์ที่มีอยู่ทั่วไปตามปกติของชีวิตและสังคม เป็นจุดสนใจ และเป็นจุดเริ่มต้นของพระพุทธศาสนา ต่างจากจิตวิทยาตะวันตกที่จุดสนใจเริ่มต้นอยู่ที่การพยายามแก้ปัญหาของคนป่วยทางจิต ซึ่งหมายถึงคนที่มีจิตใจวิปริตผิดเพี้ยนจากปกติไปแล้ว แล้วจึงค่อย ๆ ขยายความสนใจมาถึงปัญหาของคนทั่วไปในภายหลัง อย่างที่ค่อย ๆ ชัดขึ้นมาในปัจจุบันนี้

นอกจากนั้น ในการมองปัญหาของมนุษย์นี้ พระพุทธศาสนาก็ไม่ได้มองแบบแยกส่วน แต่มองเรื่องจิตใจของมนุษย์ และปัญหาจิตใจของมนุษย์นั้น โดยสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของมนุษย์ทั้งหมด คือการดำเนินชีวิตทุกแง่ทุกด้าน หรือกิจกรรมและพฤติกรรมทุกอย่าง ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงมองจิตวิทยาในแง่ของการแก้ไขปัญหาและการพัฒนามนุษย์ เรามองว่าจิตวิทยาในพระพุทธศาสนานี้เป็นเรื่องของกระบวนการพัฒนามนุษย์ที่ปัจจัยทุกส่วนมีความสัมพันธ์อิงอาศัยกัน และมีผลกระทบต่อกันทั่วตลอด

เมื่อเราพูดว่า “จิตวิทยา” หรือใช้คำว่าจิตวิทยานั้นในฐานะที่เป็นวิชาการอย่างหนึ่ง ก็อาจจะทำให้เข้าใจผิด ทำให้รู้สึกว่ามีกรแยกวิชาเกี่ยวกับจิตใจออกมาจากส่วนอื่น ๆ ของระบบแห่งชีวิต และสังคมของมนุษย์

แต่มองในแง่ของพระพุทธศาสนา ทุกส่วนในระบบนั้นโยงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นองค์รวม ไม่สามารถจะแยกเป็นเรื่องเดียว ๆ ต่างหากจากกันโดยเด็ดขาดได้

แง่ต่อไปที่ควรจะมีมองก็คือ เรื่องของวิธีการ กล่าวได้ว่าทั้งพระพุทธศาสนาและจิตวิทยาสัมัยใหม่ต่างก็ใช้วิธีการแบบวิทยาศาสตร์ ในที่นี้เราจะใช้ศัพท์ให้เข้ากับยุคสมัย วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในที่นี้อาจจะมีความหมายต่างไปจากวิธีวิทยาศาสตร์ที่เข้าใจกันทั่วไปก็ได้ แต่เพื่อให้เข้าใจง่ายก็โยงไปหาศัพท์ที่ใช้กันอยู่ กล่าวคือ วิธีการวิทยาศาสตร์นั้นเป็นเรื่องของการถือประสบการณ์เป็นสำคัญ รวมทั้งมีการสังเกต ใช้การตรวจสอบและทดลอง

อย่างไรก็ตาม ความหมายของการตรวจสอบและการทดลองในพระพุทธศาสนากับในจิตวิทยาสัมัยใหม่หรือตะวันตกนี้ ก็อาจจะไม่ตรงกันทีเดียว

ในจิตวิทยาตะวันตกนั้น วิธีการวิทยาศาสตร์เน้นไปทางด้านวัตถุ คือการที่จะต้องตรวจสอบทดลองให้ออกมาเป็นรูปธรรม ให้แสดงผลออกมาเป็นสิ่งที่มองเห็นได้ บางทีก็ดูที่พฤติกรรมภายนอก การแสดงออกทางด้านที่ปรากฏในสังคม อะไรต่าง ๆ เหล่านี้

แต่ในพระพุทธศาสนา คำว่าประสบการณ์ที่เราจะมองนี้ หมายถึงประสบการณ์ของจิตใจ ประสบการณ์ที่เราได้รับ ที่รู้ประจักษ์ในจิตใจของตนเอง ซึ่งเทียบกับทางตะวันตกก็คือ การมองดูจิตใจของตนเอง (introspection) แต่เมื่อศึกษาโดยละเอียดจะเห็นว่ามันก็ไม่เหมือนกันทีเดียว

ประสบการณ์ทางจิตใจโดยตรงนี้ เป็นเรื่องที่สำคัญ คือคนเรานี้จะรู้ความรัก ความโกรธ ความหลง และความรู้สึกอะไรต่าง ๆ ทำนองนี้ ก็รู้ในจิตใจของตนเองโดยตรง เป็นประสบการณ์ที่ชัดเจนแน่นอน แต่ก็เป็นเรื่องเฉพาะตัว

วิธีการที่ต่างกันเกิดจากการมองที่ต่างกัน

ประสบการณ์ภายในจิตใจนี้ทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ และประสบการณ์ทางจิตใจนี้ก็โยงออกมาสู่พฤติกรรมทางรูปธรรมภายนอกด้วย โดยที่ทั้งหมดนั้นเป็นส่วนหนึ่งในระบบของชีวิตของมนุษย์ซึ่งไม่อาจจะแยกต่างหากจากกันได้ เรียกว่าเป็นความสัมพันธ์ตามระบบของเหตุปัจจัย อย่างที่เรียกว่าเป็นองค์รวม

ทั้งนี้เพราะว่าระบบของชีวิตทั้งหมดนั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทุกส่วนอิงอาศัยซึ่งกันและกัน และส่งผลต่อกัน เพราะฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงถือว่า ประสบการณ์ทางจิตใจ มีผลโยงมาทางด้านพฤติกรรม และพฤติกรรมก็มีผลลงไปถึงทางด้านจิตใจด้วย

จากนี้ก็ทำให้เรามองเห็นว่า ทางด้านจิตวิทยาตะวันตกนั้นมักจะมองเรื่องของจิตวิทยาโดยเน้นปัญหาชีวิตจิตใจเป็นอย่าง ๆ ไป โดยที่ต่างสำนักก็ยึดเอาแต่ละจุด แล้วก็ไปเน้นจุดนั้นด้านนั้น บางทีถึงกับปฏิเสธด้านอื่น เช่น บางสำนักก็อาจจะเน้นโดยสนใจและให้ความสำคัญเฉพาะเรื่องจิตไร้สำนึก บางสำนักก็เอาเฉพาะเรื่องพฤติกรรม ถือว่าพฤติกรรมอย่างเดียวเท่านั้นที่เป็นของแน่นอนเป็นของจริง ไม่ยอมรับเรื่องภายในจิตใจเลย อย่างนี้เป็นต้น เรียกว่า แยกเน้นกันไปเป็นอย่าง ๆ

แต่ในพระพุทธศาสนานั้น ท่านมองทุกด้านโดยถือว่าทุกส่วนมีความสำคัญ และมีความสัมพันธ์กันอยู่ในระบบของชีวิตจิตใจของมนุษย์ทั้งสิ้น จึงต้องมีการโยงประสานกัน และมองความเป็นปัจจัยแก่กันในภาวะที่สัมพันธ์กันนั้น ทั้งนี้ความสัมพันธ์แต่ละด้านของชีวิตจิตใจของมนุษย์ที่มาสัมพันธ์กันนั้นก็มีความสำคัญที่อาจจะไม่เท่ากัน ซึ่งเราจะมองว่ามีความสำคัญแค่ไหนก็สัมพันธ์กับระดับพัฒนาการของบุคคลแต่ละคนด้วย

ขอยกตัวอย่าง เช่น มองถึงบุคคลที่มีพัฒนาการอยู่ในระดับต้น ในระดับนี้เรื่องของพฤติกรรมภายนอกจะมีความสำคัญมาก แต่เมื่อบุคคล

นั้นมีพัฒนาการในระดับสูงขึ้นไป เรื่องทางด้านจิตใจที่ลึกซึ้งต่อขึ้นไปจนถึงระดับปัญญาจะมีความสำคัญมากยิ่งขึ้น ๆ จนกระทั่งพฤติกรรมภายนอกถือว่าลงตัว อย่างที่เรียกว่าแทบจะไม่ต้องเอาใจใส่

ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงมองภาพรวม โดยที่เห็นองค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้ ทุกระดับทุกชั้นตอนทุกส่วนมาโยงมาสัมพันธ์ทั้งแบบอิงอาศัยและต่อทอดซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะยกเรื่องใดขึ้นมาเน้น ก็จะต้องเอามาโยงสัมพันธ์กับความเป็นไปในชีวิตจิตใจที่แท้จริง อย่างที่ว่ามาแล้วในพัฒนาการของบุคคลในกระบวนการพัฒนามนุษย์

ตอนนี้あたมาอยากจะชี้ให้เห็นถึงวิธีแสดงความจริงอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งถ้าพูดตามหลักแล้ว กล่าวได้ว่า พระพุทธศาสนานั้น มองกฎธรรมชาติ โดยแยกออกไปเป็นด้าน ๆ ว่าเฉพาะในด้านที่เกี่ยวกับชีวิตจิตใจของมนุษย์นี้มีส่วนที่เป็นกฎธรรมชาติที่สำคัญอยู่ ๒ อย่าง ได้แก่ จิตนิยาม กับ กรรมนิยาม

จิตนิยามก็คือกฎเกี่ยวกับการทำงานของจิตใจ แล้วก็กรรมนิยามคือกฎเกณฑ์เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ ตลอดถึงผลของพฤติกรรมนั้น ๆ สองอย่างนี้พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นคนละกฎ เป็นกฎธรรมชาติคนละด้าน โดยรวมแล้วมันก็สัมพันธ์เป็นกฎเดียวกัน แต่สามารถแยกศึกษาเป็นคนละกฎ เพราะฉะนั้นเราจะมีเรื่องจิตนิยามกับกรรมนิยามเป็น ๒ ส่วน และเมื่อศึกษา ๒ ส่วนนี้แล้ว เราก็จะบอกถึงความสัมพันธ์ระหว่างจิตนิยามกับกรรมนิยามอีกทีหนึ่ง

วิธีแสดงความจริงของพระพุทธศาสนาแบบนี้ ต่างจากจิตวิทยาตะวันตก ซึ่งถ้าเรามองจากแง่มุมของพระพุทธศาสนาจะเห็นว่า การมองและพูดถึงกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับชีวิตจิตใจมนุษย์นั้นยังสับสนปนเปอยู่ เช่น อย่างการมองจิตวิทยาเป็นเรื่องของพฤติกรรมอย่างเดียว แล้วเอาเรื่องจิตใจมาเป็นเรื่องพฤติกรรมไปหมด อย่างนี้เท่ากับว่าสับสนระหว่างจิตนิยามกับกรรมนิยาม ดังนี้ เป็นต้น อันนี้ก็เป็นอย่างหนึ่งที่ควรจะได้นำมาพูด

ไว้พอให้เป็นหัวข้อสำหรับสังเกต

ความสัมพันธ์เชิงระบบภายในองค์กรรวม
โยงจิตกับปัญญา ตลอดลงมาถึงพฤติกรรม

นอกจากนี้ยังมีอีกอย่างหนึ่ง คือ จากการที่ทางตะวันตกมองแยกเรื่องของระบบจิตใจและปัญหาชีวิตของมนุษย์นี้ต่างหากจากกันเป็นส่วน ๆ เป็นเรื่อง ๆ ก็ทำให้มีการแยกเรื่องจิตกับปัญญาออกไปอย่างชนิดที่ว่าเอาอย่างเดียว เลยไม่เอาใจใส่หรือมองข้ามบทบาทของอีกอย่างหนึ่งไปเสีย โดยเฉพาะมักจะเอาแต่เรื่องจิตใจ โดยที่ว่าบางทีไม่ได้สนใจเรื่องปัญญาเลย หรือว่าบางทีแม้จะสนใจบ้างก็ไม่ค่อยเห็นความสัมพันธ์ระหว่างกัน หรือไม่ก็เน้นไปอย่างใดอย่างหนึ่งว่า ต้องอันนี้สำคัญ อันนั้นไม่สำคัญ อะไรทำนองนี้

เรื่องนี้สำหรับพระพุทธศาสนาก็อย่างที่กล่าวแล้ว เราถือว่าทั้งหมดนี้เป็นส่วนประกอบ เป็นองค์รวม หรือเป็นปัจจัยรวมอยู่ในระบบความสัมพันธ์อันหนึ่งอันเดียวกัน เพราะฉะนั้น เรื่องจิตกับปัญญาในพระพุทธศาสนาจึงมีความสัมพันธ์กันอย่างมาก โดยถือว่าเป็นเรื่องที่แยกจากกันไม่ได้ เพราะต่างก็เป็นปัจจัยแก่กันอย่างมีผลสำคัญยิ่ง

ปัญหาของมนุษย์ที่เรียกว่าปัญหาจิตใจนั้น เมื่อวิเคราะห์ออกไป จะเห็นว่ามีสาเหตุทางจิตใจเป็นเหตุปัจจัยด้านหนึ่ง แต่ก็จะมีสาเหตุทางด้านปัญญาด้วย และเมื่อวิเคราะห์ให้ลึกซึ้งแล้ว สาเหตุทางด้านจิตใจนี้จะเป็นส่วนเบื้องต้นหรือต้นกว่า เมื่อสืบลึกลงไปถึงที่สุดก็จะเป็นปัญหาด้านปัญญา คือการขาดปัญญา

เพราะฉะนั้น ในขั้นสุดท้าย การแก้ปัญหาลึจิตใจหรือระบบชีวิตของมนุษย์ทั้งหมดนี้ จึงต้องเอาปัญญาเป็นตัวแก้ปัญหา เป็นตัวตัดสิน ซึ่งปัญญาจะกลายมาเป็นตัวแก้ปัญหาวางด้านจิตใจและนำจิตใจมนุษย์ไปสู่อิสรภาพ หรืออาจจะพูดว่า นำมนุษย์นั่นเองไปสู่อิสรภาพ

ในเรื่องนี้ จะขอชี้ให้เห็นง่าย ๆ อย่างที่เราพูดถึงความทุกข์ของมนุษย์นี้ เมื่อกล่าวถึงสาเหตุทางด้านจิต คือเหตุปัจจัยในระดับจิตใจ พระพุทธศาสนาจะให้คำตอบโดยใช้คำพูดทางวิชาการง่าย ๆ สั้น ๆ ว่า สาเหตุระดับจิตใจของปัญหานั้นคือตัณหา

แต่สาเหตุทางจิตใจ หรือระดับตัณหานั้นยังไม่ใช่เป็นขั้นสุดท้าย การแก้ปัญหาทางด้านตัณหาอย่างเดียวนั้นไม่เพียงพอที่จะแก้ปัญหาทุกข์ของมนุษย์ได้ ถ้าแก้ปัญหาในระดับตัณหาอย่างเดียวนั้น ปัญหาก็ไม่จบ ยังมีสาเหตุทางด้านปัญญาที่ลึกลงไปอีกคือ อวิชชา

เพราะฉะนั้น สำหรับปัญหาเดียวกันนี้เราจึงต้องสืบเหตุปัจจัย ๒ ระดับ ถ้าจะแก้ปัญหาให้จบสิ้นต้องแก้ถึงขั้นของการทำลายที่ตัวอวิชชา

ถ้าจะมองภาพรวมโยงไปให้คลุมถึงระบบชีวิตของมนุษย์ทั้งหมด ก็มองได้ถึง ๓ ขั้น คือ

ระดับแรก เป็นระดับพฤติกรรม ได้แก่สาเหตุทางด้านความทุจริต หรือเจตนาที่ไม่ดีงาม ไม่ถูกต้อง เรียกว่าเป็นปัญหาในระดับศีล คือระดับพฤติกรรม

ระดับที่ ๒ คือ ระดับจิตใจ ได้แก่สาเหตุระดับตัณหา

ระดับที่ ๓ เป็นขั้นที่ลึกลงไปอีก ได้แก่สาเหตุทางปัญญา

ทั้ง ๓ ระดับนี้มีความสัมพันธ์โยงเป็นปัจจัยแก่กันอย่างไร การแก้ปัญหาควรจะดำเนินตามลำดับอย่างไร และการแก้ถึงที่สุดจะต้องจัดการอย่างไร อันนี้ก็คือจุดสนใจและเป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนาสอนไว้

ความแตกต่างที่ต้องนำมาบรรจบ

สังคมยังพัฒนา แต่จิตใจมนุษย์ยังมีปัญหา

ได้พูดมาในเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยาสสมัยใหม่กับพระพุทธศาสนา โดยเน้นในเรื่องความแตกต่างบางอย่างให้เข้าใจภาพรวมพอสมควร ที่นี้อาตมาก็จะวกกลับมาพูดในเรื่องที่ค้างไว้ข้างต้น คือเรื่องความเป็นไปในสังคมตะวันตกที่ทำให้มีความสนใจในพระพุทธศาสนามากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องเกี่ยวกับข้อปฏิบัติทางด้านจิตใจ

ได้กล่าวแล้วว่า ความเปลี่ยนแปลงของสภาพชีวิตและสังคม รวมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตและสังคมมนุษย์ในยุคพัฒนา โดยเฉพาะในยุคอุตสาหกรรมที่ผ่านมานี้แหละ ที่นำมาสู่ความสนใจในพระพุทธศาสนาแบบที่เป็นอยู่

ความเจริญในยุคอุตสาหกรรมที่เกิดขึ้นในประเทศตะวันตกนั้นได้ทำให้คนมีความพรั่งพร้อมทางวัตถุกันมากขึ้น แต่แล้วก็ปรากฏว่าชีวิตของมนุษย์ที่เจริญพรั่งพร้อมด้วยวัตถุมากขึ้นนี้กลับมีปัญหามากขึ้นในด้านจิตใจ เราอาจจะใช้ศัพท์ของฝรั่งที่เขาพูดอยู่เสมอ

คำพูดที่แสดงถึงปัญหาในทางชีวิตจิตใจของสังคมอเมริกันปัจจุบันนี้ที่ขอยกเป็นตัวอย่าง ก็ได้แก่ stress คือความเครียด คำนี้เป็นศัพท์ที่เด่นมากในสังคมปัจจุบัน แล้วก็มี anxiety ความวิตกกังวล แล้วก็มี alienation ความรู้สึกแปลกแยก แล้วก็มี boredom ความเบื่อหน่าย แล้วก็มี loneliness ความว่าเหวเดียวดาย หรือความเปล่าเปลี่ยวเดียวดาย แล้วอีกอย่างหนึ่ง

ก็คือ emptiness ความรู้สึกว่างเปล่า ไร้ความหมาย เป็น inner emptiness คือความรู้สึกว่างเปล่าในภายใน

สภาพจิตใจที่เป็นปัญหาเหล่านี้กำลังรบกวน รั้งความความสุขของคนในประเทศตะวันตกเป็นอย่างมาก ทำให้เขาพยายามหาทางออก จนบางทีก็ถึงกับเห็นว่าหรือรู้สึกเหมือนว่า ความเจริญรุ่งพร้อมทางวัตถุนั้น ไร้ความหมายเสียเลย ในเมื่อปัญหาเหล่านี้มีอยู่อย่างรุนแรง และมีความกดดันบีบคั้น ซึ่งถ้าใช้ศัพท์รวมพุดง่าย ๆ ในทางพระพุทธศาสนาก็คือคำว่า มีความทุกข์ นั่นเอง

เคยมีฝรั่งที่เขียนหนังสือเกี่ยวกับสภาพความเจริญของสังคมอเมริกัน ได้สรุปสภาพชีวิตจิตใจของคนในสังคมอเมริกันปัจจุบันไว้ ว่ามีสภาพที่เป็นปัญหาสำคัญเนื่องจากบุคคลไม่ได้รับการสนองความต้องการพื้นฐานทั้ง ๓ อย่าง คือ ความต้องการการร่วมหมู่ ความต้องการแบบแผนหรือหลักยึดเหนี่ยว และความต้องการความหมาย (needs for community, structure, and meaning) โดยมีอาการแห่งความทุกข์แบบต่าง ๆ ปรากฏออกมาดังนี้^๓

ประการที่ ๑ คือ มีความรู้สึกว่าเหวโดดเดี่ยว ความรู้สึกว่าเหว โดดเดี่ยวนี้มาเสริมย้ำความต้องการที่จะเข้าสังกัดในหมู่ มีหมู่คณะ มีชุมชน หรือ community ที่ตนจะได้เข้าร่วมอยู่ และมีความจงรักภักดี อันนี้ก็เป็นสภาพจิตใจอย่างหนึ่ง เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นมาอย่างแรง ซึ่งบางทีก็ทำให้เขายอมสละแม้แต่ความเฉลียวฉลาด สติปัญญา เกียรติยศ เพื่อจะได้ไปอยู่ในชุมชน หรือ community อย่างนี้ ที่เขาจะได้แก้ปัญหาคือว่าเหวโดดเดี่ยวนั้น

ประการที่ ๒ คือ ความรู้สึกที่คล้าย ๆ กับข้อที่ ๑ นั้นแหละ แต่เป็นอีกด้านหนึ่ง คือ ความรู้สึกอ้างว้าง ว่างเปล่าหรือกลวงภายใน คือในจิตใจมันกลวง มันว่าง มันเปล่า ไม่มีอะไรเลย

ความอ้างว้าง ว่างเปล่า กลวงภายในนี้ จะทำให้เกิดความต้องการ

หลักยึดเหนี่ยว ต้องการกฎเกณฑ์ ต้องการบทบาท ต้องการสถานะที่ชัดเจน ตลอดจนกระทั่งว่าต้องการอำนาจเหนือตนที่จะมาบอกมาสั่งว่าจะต้องทำอะไร

คนในสังคมอเมริกันนี้เชิดชูเสรีภาพมาก แต่ไปๆ มาๆ กลายเป็นว่าสังคมมีทางเลือกมากมายจนกระทั่งเลือกไม่ถูก ในที่สุดคนอ่อนเพลียเหนื่อยหน่ายต่อการที่จะต้องใช้ปัญญาในการคิด ในการเลือกสิ่งต่าง ๆ เลือกไม่ถูก

ตอนแรกก็มีความขยันที่จะเลือก แต่ต่อมาเมื่อคิดบ่อย ๆ เข้า มันชักหนักเกินไป คิดไม่ไหว เกิดความล้า ไม่อยากจะคิด ปัจจุบันนี้คนในสังคมอเมริกันมาถึงขั้นที่ว่าไม่อยากจะคิดแล้ว เพราะฉะนั้น ก็เลยปล่อยให้เขาทำสิ่งที่ตัวเองคิดว่า มีอะไรจะให้ทำก็บอกมา

เพราะฉะนั้น คนพวกนี้ก็เลยพยายามให้มีชุมชนขึ้นมา เพื่อที่ตนจะได้เข้าสังกัด แล้วชุมชนนั้นก็อาจจะวางกฎ ระเบียบ ข้อบังคับต่าง ๆ มีวินัยซึ่งเข้มงวด มีคำสั่งออกมาให้ทำอะไรก็ทำไปตาม โดยที่ว่ายอมไปตามนั้น ไม่มีการขัดขืน ไม่ต้องคิดหาเหตุผล

ทั้งๆ ที่เป็นสังคมที่ให้โอกาสในการคิดเหตุผลมาก มีเสรีภาพในทางความคิด แต่คนเบื่อง่าย หหมดแรงที่จะคิด หรือคร้านที่จะคิด ไม่ต้องการใช้เสรีภาพนั้น กลับต้องการสยบยอม ภาวะในสังคมอเมริกันปัจจุบันอย่างหนึ่ง ที่นักจิตวิทยาตะวันตกบางคนถึงกับยกขึ้นมาเขียนเป็นเรื่องได้แก่ภาวะที่เขาเรียกว่า psychic surrender^๔ ซึ่งในที่นี้ขอแปลว่าภาวะสยบยอมทางจิตใจ หรือภาวะจิตสยบยอม อันนี้ก็เป็นปัญหาหนึ่งในสังคมตะวันตกปัจจุบัน

ประการที่ ๓ คือ สภาพจิตที่เรียกว่าความเลือนลอย ไร้ความหมาย ไร้จุดหมาย เรียกว่า lack of direction คือรู้สึกว่าจะไร้อะไรมันวุ่นวายเต็มไปด้วยหมด ความเจริญต่าง ๆ ก็มีให้เลือกมากมาย เป็นเรื่องสับสนไม่ชัดเจน ข่าวสารก็มากมายท่วมท้น โดยเฉพาะเข้าสู่ยุคที่เรียกว่า ยุคข่าวสารข้อมูล

ข่าวสารข้อมูลก็มากเกินไป ปัญหาไม่พอที่จะคิดพิจารณาเรื่องเหล่านี้ คนก็เข้าสู่สภาวะอย่างที่ว่าเมื่อกี้ คือหมดแรงที่จะคิด หมดแรงที่จะพิจารณา แล้วก็เกิดมีความรู้สึกเลือนลอย ไม่มีความหมาย ไร้จุดหมาย ไม่รู้ว่าจะไปทางไหนดี

เมื่อกี้นี้ต้องการกฎเกณฑ์ ออกคำสั่งมาเลย จะเอาอย่างไรก็เอา แต่คราวนี้ต้องการหลักความเชื่อ ในข้อนี้คือต้องการหลักความเชื่อที่ตายตัว เพราะฉะนั้น เมื่อชุมชนนั้นเขาตั้งขึ้นมาแล้ว นอกจากมีกฎเกณฑ์แล้วก็กรอบหลักความเชื่อเข้าไปทุกวัน คนพวกนี้ก็จะเชื่อไปตามนั้นโดยไม่ต้องคิดสงสัยที่จะหาเหตุผล ฉะนั้นคนในกลุ่มพวกนี้ จะมีลักษณะที่ว่าพูดอะไรเป็นแบบเดียวกัน ทำอะไรเป็นแบบเดียวกัน เพราะทำให้มีความรู้สึกที่เป็นการเติมให้เขาเพิ่มขึ้นในภายใน ทำให้หายเลือนลอย ให้มีความหมาย ให้ดำเนินชีวิตอย่างมีทิศทางขึ้น

จึงกลายเป็นว่า สังคมที่เจริญไปอย่างมากมาย มีเสรีภาพที่จะใช้ปัญญาให้คนมีความคิด แต่ในที่สุดกลับมีผลตรงกันข้าม คนกลับไม่ต้องการใช้ปัญญา ไม่ต้องการใช้ความคิด อยากจะเป็นอยู่อย่างที่เราเรียกว่าให้เขาสั่งมาสำเร็จรูป

นี่คือสภาพจิตใจที่เป็นปัญหาในสังคมอเมริกันขณะนี้ เพราะฉะนั้นเราจะเห็นสภาพของคนที่ว่าทั้ง ๆ ที่เจริญด้วยความรู้และสติปัญญา แต่สภาพความหลงใหลมกมายก็มีขึ้นเป็นคู่แข่งกัน

นอกจากนี้ อีกอย่างหนึ่งที่ฝรั่งเองเช่นเดียวกันพูดถึงก็คือ ขณะนี้สังคมอเมริกันแทบจะไม่มีภาวะที่เขาเรียกว่า public happiness* เลย คือ ไม่มีภาวะความสุขที่เป็นของส่วนรวม หรือความสุขในการอยู่ร่วมในหมู่ เนื่องจากขาดความอบอุ่น ขาดความไว้วางใจกัน ขาดความมีไมตรีจิตที่แท้จริง หรือขาดน้ำใจจริงต่อกัน อันนี้เป็นสภาพจิตที่เป็นปัญหาสืบเนื่องกันอยู่กับ ๓ ข้อที่ได้กล่าวมานั้น

ทีนี้ จิตวิทยาในความหมายที่อาตมากล่าวข้างต้น ซึ่งในสังคม

อุตสาหกรรมได้นำมาใช้ก็คือ จิตวิทยาในแง่ของความหมายที่ว่าเป็นความสามารถใช้อุบายในการจัดการกับเพื่อนมนุษย์ เพื่อสนองความต้องการของตนเอง มาถึงตอนนี้กลายเป็นว่าจิตวิทยาในความหมายนี้ได้กลับมาเป็นส่วนที่ซ้ำเติมปัญหาข้างต้นนั้นให้นักหนองยิงขึ้น หรือกลับมาเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่ก่อปัญหาทางจิตใจแก่มนุษย์ยุคปัจจุบันในสังคมตะวันตกนั้น

ฉะนั้น จึงกลายเป็นว่า มองไปมองมา จิตวิทยาตะวันตกนี้ได้มีส่วนร่วมในการก่อปัญหาแก่ชีวิตจิตใจของคนตะวันตกไปด้วย

**จุดที่จิตวิทยาสนใจและขยายความหมาย
มาบรรจบกับพระพุทธศาสนา**

ความเป็นไปในสังคมตะวันตกที่ทำให้เกิดปัญหาชีวิตจิตใจของมนุษย์อย่างที่ว่ามานั้นนั่นแหละ เป็นจุดหนึ่งที่มากระตุ้นรื้อให้วงการจิตวิทยาขยายความสนใจจากความเจ็บป่วยทางจิตของคนไข้ในคลินิก ออกมาสู่ปัญหาชีวิตจิตใจของคนทั่วไป

อย่างที่ได้อีก่ล่าวตอนต้นแล้วว่า เดิมนั้นจิตวิทยาตะวันตก มีจุดเน้นความสนใจอยู่ที่คนไข้ที่ป่วยทางจิตในคลินิกและการรักษาในคลินิก แต่ตอนนี้สภาพสังคมที่เปลี่ยนไป จนมองเห็นชัดว่าคนมีปัญหาวางจิตใจกันทั่วไปมากมายในสังคม ได้ทำให้วงการจิตวิทยาตะวันตกขยายความสนใจจากปัญหาความเจ็บป่วยทางจิตของคนไข้ในคลินิกนั้น ออกมาสู่อาการเจ็บไข้หรือความไม่สบายในจิตใจของคนทั่วไป คือปัญหาทางจิตใจของคนในสังคมทั้งหมด

เราอาจจะพูดตามภาษาของฝรั่งเองที่เขาบอกว่า จิตวิทยาได้ขยายความสนใจจาก sick person คือบุคคลที่เจ็บป่วย มาสู่ sick society^๖ มาสู่สังคมที่ป่วย หรือจากบุคคลที่ป่วย คือ sick person มาสู่ so-called normal

person คือคนที่เรียก ๆ กันว่าเป็นคนปกติ หรือคนที่ดูภายนอกก็เป็นปกติ แต่ที่จริงไม่ปกติ ใน sick society นั้น คนที่เรียกว่าเป็น normal หรือปกตินี้ กลายเป็นคนที่มีปัญหา จึงไม่ใช่เป็นคนที่ normal หรือปกติแท้จริง แต่เป็นเพียงคนที่เรียกกันไปอย่างนั้นเองว่าเป็นคน normal หรือเป็นคนปกติ

ตามเรื่องที่พูดมานี้ เขาบอกว่า อันนี้เป็นการขยาย concept คือ แนวความคิดความเข้าใจ (หรือมโนทัศน์) และขยายจุดหมายของการ บำบัดทางจิตของตะวันตกหรือจิตวิทยาตะวันตกนั้นให้กว้างออกไป แล้ว ก็ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของความ เจ็บป่วยและสุขภาพไปด้วย

ฉะนั้น ความเปลี่ยนแปลงของจิตวิทยาตะวันตกอย่างหนึ่งในปัจจุบัน จึงได้แก่การเปลี่ยนแปลงในความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความเจ็บป่วยและ สุขภาพ ซึ่งมีความหมายกว้างออกไปจากเรื่องความเจ็บไข้ทางจิตที่ ปรากฏชัด อย่างเช่น เป็นโรคจิตโรคประสาท ออกมาสู่ปัญหาความเครียด ความเบื่อหน่าย ความรู้สึกแปลกแยก ความรู้สึกอ้างว้าง เปล่าเปลี่ยว เดียวดาย ความเหงา ว้าเหว่ ความรู้สึกไร้ความหมาย ความขาดทิศทาง ฯลฯ ในจิตใจของคนทั่ว ๆ ไปในสังคม

ในเมื่อจิตวิทยาตะวันตกขยายความหมายจิตวิทยาของตนออกมา อย่างนี้แล้ว ก็เลยกลายเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้มาบรรจบกับพระพุทธศาสนา

ดังที่ได้บอกแล้วข้างต้นว่า พระพุทธศาสนานั้น เมื่อพูดถึงปัญหา ชีวิตจิตใจของมนุษย์ ไม่ได้เน้นที่ความเจ็บไข้ได้ป่วยทางจิตใจของคนเป็น โรคจิต หรือที่เรียกกันว่าป่วยทางจิต พระพุทธศาสนาแทบไม่ได้พูดถึงเรื่อง อย่างนี้เลย แต่พูดถึงปัญหาจิตใจของทุกคนที่ยังไม่รู้ทุกข์ คือคนธรรมดา สามัญนี้เอง

ปัญหาของคนในทางจิตใจ ตลอดจนปัญหาชีวิตทั้งหมดนี้ มีใน ระดับต่าง ๆ กัน เบาบ้าง หนักบ้าง トラバドที่ยังไม่เป็นคนสมบูรณ์ ยังละ กิเลสไม่ได้หมดสิ้น ก็ยังอยู่ในวงความสนใจของพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น

การที่จิตวิทยาตะวันตกมาบรรจบกับพระพุทธศาสนาและหันมา สนใจพระพุทธศาสนานี้ กล่าวได้ว่ามีจุดสำคัญ ๒ จุดใหญ่ ๆ คือ

๑. ความสนใจในการแก้ปัญหาจิตใจ หรือการหาความสุขให้แก่จิตใจ โดยทั่ว ๆ ไป คือ สำหรับคนสามัญ หรือมนุษย์ปกตินี้แหละ นี่เป็นเรื่อง หนึ่ง คือการหาทางแก้ปัญหาจิตใจของคนยุคปัจจุบัน

เรื่องนี้มีความสัมพันธ์อยู่ไม่น้อยกับการได้ยืมกิตติศัพท์ของตะวันออก ซึ่งมีสิ่งที่จะเสนอให้แก้การแก้ปัญหานี้ โดยเฉพาะก็คือเรื่องสมาธิ ซึ่งทาง ตะวันตกได้มีความสนใจกันมาก จนบางทีกลายเป็นเหมือนแพชชั่นไปเลย แล้วก็พลอยให้ทางเมืองไทยเราหรือตะวันออกนี้หันมาสนใจไปด้วย

ที่จริงในเมืองไทยนี้ เมื่อครั้งหันไปตื่นต้นนิยมวัฒนธรรมตะวันตก และชื่นชมวิทยาศาสตร์กันใหม่ ๆ เราเคยมีภาพไม่ดีต่อสมาธิ จนกระทั่ง คนสมัยใหม่มีความรู้สึกดูถูกคนที่สนใจสมาธิ มองเห็นสมาธิเป็นเรื่องซ้ำชั้น หรือคร่ำครึ ฝังตาย คนที่สนใจสมาธิไม่ค่อยกล้าแสดงตัวต่อผู้อื่น แต่มา สมัยหลัง ๆ นี้คนสมัยใหม่กลับไปสนใจสมาธิกันอีก

ฝรั่งเองก็เขียนบอกว่า การที่คนในประเทศอาเซียนตะวันออกเฉียงใต้ หันไปสนใจสมาธินี้ เขาถือว่า ความสนใจสมาธิในโลกตะวันตกมีส่วนเป็น อิทธิพลด้วย อันนี้เป็นข้อเขียนของฝรั่งกล่าวไว้เอง

นี่เป็นแง่ที่หนึ่ง คือความสนใจที่จะแก้ปัญหาทางจิตใจ หาความสุข ให้แก่จิตใจ โดยได้ยืมกิตติศัพท์ของข้อปฏิบัติเกี่ยวกับจิตใจ โดยเฉพาะ สมาธิ ก็เลยทำให้มาสนใจพระพุทธศาสนา

๒. การขยายความหมายของความป่วยไข้ทางจิต หรือขอบเขต ความสนใจในวงการจิตวิทยาให้กว้างออกไป ที่นี้การขยายความหมายนั้น ก็มาประสานตรงกับความหมายของปัญหาความทุกข์พื้นฐาน ในความ หมายของพระพุทธศาสนา ดังที่กล่าวแล้วเมื่อกี้

อาตมาคิดว่า อันนี้เป็นเรื่องที่ชี้ถึงจุดสำคัญของความสัมพันธ์ ระหว่างพระพุทธศาสนากับจิตวิทยาตะวันตก โดยเฉพาะก็คือแง่ที่ว่าจิต

วิทยาตะวันตกมาสนใจพระพุทธศาสนาอย่างไร แล้วก็สนใจในจุดไหน ประเด็นไหน ย้ำอีกทีว่า

ประการที่หนึ่ง สนใจการแก้ปัญหาจิตใจ โดยเฉพาะการที่จะหาความสุขให้แก่จิตใจของมนุษย์ โดยได้ยืมกิตติศัพท์เรื่องสมาธิ แล้วนำเอาสมาธินั้นไปใช้ และ

ประการที่สอง เกิดจากการขยายความหมายของปัญหาจิตใจของมนุษย์ ออกจากความเจ็บป่วยทางจิตใจมาสู่ปัญหาสุขภาพจิตพื้นฐานหรือปัญหาพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ ซึ่งตรงกับความหมายของทุกข์ในพระพุทธศาสนา

ฉะนั้น ตอนนี้เราจะไม่เอาเฉพาะเรื่องคนป่วยโรคจิตที่มีจำนวนน้อยในสังคมเท่านั้น แต่จะมุ่งแก้ปัญหาพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน

โทษอาจเกิดขึ้น และแก้ปัญหาไม่ได้ ถ้าเอาพระพุทธศาสนาไปใช้แบบครึ่งๆ กลางๆ

อย่างไรก็ตาม ตามหลักพระพุทธศาสนา การแก้ปัญหาของมนุษย์จะต้องโยงไปหากระบวนการพัฒนามนุษย์ มนุษย์จะแก้ปัญหาไม่ตก ถ้าไม่พัฒนาตนเอง ฉะนั้น สองเรื่องนี้จึงสัมพันธ์กัน กล่าวคือ การแก้ปัญหาของมนุษย์ จะต้องสัมพันธ์กับกระบวนการพัฒนามนุษย์ด้วย

ตอนนี้ก็เป็นอันว่า นักจิตวิทยาตะวันตกเริ่มเข้ามาหาพระพุทธศาสนา โดยสนใจระบบวิธีในการแก้ปัญหา หรือวิธีการที่จะทำให้ชีวิตจิตใจให้มีความสุข แล้วก็เลยสนใจในเรื่องสมาธิ

ศัพท์ภาษาอังกฤษที่เขาเรียกสมาธินั้นก็คือ meditation อย่างไรก็ดี คำศัพท์ทำนองนี้ บางทีก็ใช้กันไม่ชัดไม่ตรง จนกระทั่งเกิดความสับสนและพว่ ว่า ซึ่งถ้ามีโอกาสก็จะต้องมีการอภิปรายหรือชี้แจงกันอีก ดังเช่น คำว่า meditation นั้นก็เป็นศัพท์ที่คลุมเครือ ถ้าจะใช้เป็นคำแปลของสมาธิ ก็จะได้เพียงด้านหนึ่งของข้อปฏิบัติทางจิตใจในพระพุทธศาสนา ซึ่งจะไม่ครอบคลุมข้อปฏิบัติทางจิตใจนั้นทั้งหมด คือไม่ครอบคลุมคำที่เราใช้ว่าการเจริญภาวนา

ที่นี่ นักจิตวิทยาตะวันตกนั้น เมื่อมาสนใจในเรื่องสมาธิแล้ว ก็เลยเข้ามาศึกษาด้วยตนเองและก็มีทดลองปฏิบัติด้วย อย่างไรก็ตาม ถ้าเขาทำแค่นี้ก็ยังเป็นการเข้ามาใช้ประโยชน์จากพระพุทธศาสนา หรือเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาเพียงระดับหนึ่ง คือ ระดับของวิธีการ ซึ่งเป็นเรื่องของการนำเอาวิธีการแก้ปัญหาไปใช้ แล้วก็จะมีความรู้สึกแปลก ๆ ว่าเป็นการมาเอาสิ่งดีในพระพุทธศาสนาไปเสริมจิตวิทยาตะวันตกเท่านั้น

ที่ว่านี้หมายความว่า นักจิตวิทยาตะวันตกนั้นเขามีความเชื่อตามสำนักของตน ๆ อยู่แล้ว เช่น สำนักจิตวิเคราะห์ (psycho-analysis) ก็มีความเชื่อตามแนวความคิดของตนเอง มีทฤษฎีของตนเองอยู่แล้ว เสร็จแล้วถึงแม้เขาจะมาเอาความรู้เกี่ยวกับข้อปฏิบัติในพระพุทธศาสนา คือเรื่องสมาธินี้ไปเสริมเรื่องของเขาในด้านปฏิบัติการก็ตาม หรือในทางทฤษฎีก็ตาม เช่นในการแก้ปัญหาคคนป่วยโรคจิต แต่ส่วนเนื้อตัวทฤษฎีแท้ ๆ ก็ยังคงเป็นของเดิมของเขาเอง

ทีนี้ถ้าหากทำแบบนี้ เราจะเห็นว่า มันจะมีปมปัญหาที่สำคัญเกิดขึ้น คือในเรื่องของจิตวิทยาซึ่งเป็นการแก้ปัญหาของตัวมนุษย์เองนี้ การที่จะมาใช้ มาเอาแต่เฉพาะระดับวิธีการแก้ปัญหาไปเสริมของตนเองเท่านั้น ก็จะเป็นเรื่องที่ถูกเข้าสู่ปัญหาใหญ่ที่สำคัญต่อไป

เรื่องนี้เป็นอย่างไร ก็จะต้องขยายความกันนิดหน่อย กล่าวคือ จิตวิทยานี้เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับตัวมนุษย์แท้ ๆ ถึงรากถึงแก่น ไม่เหมือนกับวิทยาศาสตร์ทางวัตถุ ถ้าจัดให้จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์ คือเป็นวิทยาศาสตร์ทางจิตใจ ก็ลองเทียบกับวิทยาศาสตร์ทางวัตถุ

วิทยาศาสตร์ทางวัตถุนั้นพัฒนาขึ้นมาแล้วก็มีเทคโนโลยี ซึ่งอาศัยความรู้ในวิทยาศาสตร์บริสุทธิ์ไปประดิษฐ์ ไปสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ เพื่อ

อำนวยความสะดวกสบาย ทีนี้สิ่งที่เกิดจากวิทยาศาสตร์แบบนั้น ที่เป็นเทคโนโลยีนี้ มันเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์แค่เปลือก แคนอกตัว เป็นด้านนอกของชีวิตเท่านั้น เพราะฉะนั้นวิทยาศาสตร์แบบนั้นไม่จำเป็นที่จะต้องเข้าถึงความจริงพื้นฐานของมนุษย์ก็ได้ คือเรียนรู้เกี่ยวกับโลกวัตถุ มีความรู้เท่าไรก็เอามาประดิษฐ์สิ่งของให้มนุษย์ใช้ไป

เพราะฉะนั้น สำหรับวิทยาศาสตร์ทางวัตถุ เราจึงสามารถใช้ประโยชน์ไปด้วย พร้อมกับที่ในเวลาเดียวกันก็พัฒนาตัวเองในแง่ของความรู้ความเข้าใจ พัฒนาทฤษฎีให้เจริญก้าวหน้าไปด้วย ความเจริญก้าวหน้าของทฤษฎีก็เพิ่มขึ้นไป ๆ โดยที่ยังไม่ได้เข้าถึงความรู้ในความจริงอย่างถ่องแท้สมบูรณ์ แต่การใช้ประโยชน์ก็ใช้ไปได้เลยทีเดียว ไม่ต้องรอให้ความรู้สมบูรณ์ก่อน ดังจะเห็นว่าบางทีเมื่อความรู้ได้พัฒนาไป ๆ ต่อมาก็ค้นพบว่าความรู้ที่ค้นพบแต่ก่อนนั้นผิด แต่ถึงจะผิดก็แล้วไป มันก็ไม่เสียหายแก่ชีวิตมนุษย์เท่าไร เพราะว่ามันเป็นเรื่องการใช้ประโยชน์ภายนอก

แต่ถึงอย่างนั้นก็ตาม เราก็ได้เห็นกันแล้วว่า การที่เรามีความรู้ทางวัตถุคือโลกแห่งวัตถุ หรือโลกแห่งธรรมชาติแวดล้อม ยังไม่ถูกต้องสมบูรณ์ แล้วนำมาใช้ประโยชน์นั้น บางทีมันก็ก่อปัญหาแก่ชีวิตมนุษย์ไม่น้อยเหมือนกัน

อย่างที่เราประสบปัญหาเกี่ยวกับสารเคมี เกี่ยวกับธรรมชาติแวดล้อมเสียนี้ มันก็สืบเนื่องมาจากการที่วามมนุษย์มีความรู้ทางวิทยาศาสตร์ระดับหนึ่ง แล้วก็นำความรู้นั้นมาใช้ประโยชน์ในทางเทคโนโลยี เสร็จแล้วต่อมาปรากฏว่าบังเกิดโทษขึ้น ก็ค้นพบว่าที่จริงนั้น ความรู้ที่ได้มาตอนแรกนั้นยังไม่ถูกต้อง อย่างนี้เป็นต้น

แต่อันนี้ก็อย่างที่กล่าวข้างต้นแล้วว่า ยังเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับเปลือกนอก หรือชีวิตด้านนอกของมนุษย์เท่านั้น ยังไม่สำคัญเท่าไร

ทีนี้ เมื่อมาถึงจิตวิทยาที่เป็นเรื่องของตัวมนุษย์แท้ ๆ เราจะใช้วิธีแบบลองผิดลองถูกอยู่ไม่ได้ คือถ้าตราบใดที่จิตวิทยายังไม่รู้จักรธรรมชาติ

ของมนุษย์อย่างถูกต้องแล้ว การแก้ปัญหาชีวิตจิตใจมนุษย์ก็จะต้องแท้จริงไม่ได้เช่นเดียวกัน อันนี้เป็นคล้าย ๆ กับที่เรียกว่า dilemma คือเจอเข้ากับสถานการณ์พะอืดพะอม

ฉะนั้น ก็จึงเลยกลายเป็นเรื่องที่ว่า ถ้าหากจิตวิทยาตะวันตกมีปัญหากับการเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ยังไม่ถูกต้อง ถ้าเป็นอย่างนั้น แม้จะเอาวิธีการทางพระพุทธศาสนาไปใช้ ก็ยังจะแก้ปัญหาไม่ได้สิ้นเชิง คือยังไม่ถูกต้องอยู่นั่นเอง ฉะนั้น ปัญหาเรื่องวิธีการ หรือปัญหาระดับวิธีการที่เป็นการแก้ปัญหาจึงต้องโยงไปสู่ปัญหาระดับตัวองค์ความรู้ คือเกี่ยวกับเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ด้วย

ในที่นี้ก็เท่ากับเป็นการสรุปว่า การแก้ปัญหาของมนุษย์ในระดับวิธีการนั้น จะถูกต้องได้ก็ต่อเมื่อมีความรู้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ โดยเฉพาะทางด้านจิตใจอย่างถูกต้อง เป็นฐานรองรับอยู่ก่อน และความเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์นี้ก็รวมไปถึงความเข้าใจถึงจุดหมายของชีวิตมนุษย์ด้วย เป็นเรื่องที่ย่อยอยู่ด้วยกัน

ฉะนั้น ในกรณีที่ศึกษาพระพุทธศาสนาเพื่อเอาไปเสริมจิตวิทยาตะวันตก โดยเฉพาะเอาวิธีการไปใช้นี้ ก็ย่อมมีความเสี่ยงต่อความผิดพลาด ถ้าภาพของมนุษย์หรือภาพจิตใจมนุษย์ที่มีอยู่นั้นไม่ถูกต้อง และยังมีธรรมชาติของมนุษย์และจุดหมายของชีวิตมนุษย์อย่างเดิมตามภาพที่ผิดพลาดนั้น การแก้ไขปัญหาก็ก็น่าจะต้องผิดพลาดหรือไม่ได้ผลสมบูรณ์อยู่ดี

ดังจะเห็นว่า ปัจจุบันนี้มีการเอาสมาธิของตะวันออกไปใช้ เพื่อสนองค่านิยมของสังคมอุตสาหกรรม คือการที่เอาสมาธิไปใช้เพื่อจะให้มีผลสามารถมากขึ้นในการที่จะดำเนินธุรกิจ อันนี้ก็เป็นการประยุกต์ในกรณีที่เกิดความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยาตะวันตกกับข้อปฏิบัติทางจิตใจของตะวันออก ซึ่งจะต้องมีการวิเคราะห์กันอีกว่าเป็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้องจริงหรือไม่ โดยอาศัยพื้นฐานดังได้กล่าวมา

วิธีการต้องตั้งอยู่บนฐานของทฤษฎี

ก็เป็นอันสรุปในตอนนี้อ่า จากเหตุผลที่กล่าวมาก็จะต้องมีการศึกษาพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะเรื่องจิตใจทั้ง ๒ ระดับ คือ

๑. ความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และจุดหมายของชีวิต อันนี้เป็นตัวแกนที่สำคัญ
๒. การแก้ปัญหาของมนุษย์ในระดับวิธีการ

ที่ว่านี้ก็ตรงกับที่กล่าวมาแล้ว คือจะเห็นว่า ตะวันตกสนใจพระพุทธศาสนาในระดับวิธีการมากกว่า คือมาเอาเรื่องสมาธิไปใช้ ถึงแม้ว่าพร้อมกันนั้นเขาจะโยงเข้ามาหาเรื่องของความรู้ หรือตัวทฤษฎีด้วย แต่ก็ยังเป็นเพียงทฤษฎีในระดับที่จะเอาวิธีการนั้นไปใช้เสียมากกว่าที่จะเข้าถึงตัวทฤษฎีที่สมบูรณ์ มิฉะนั้น ก็พยายามโยงวิธีปฏิบัติของพระพุทธศาสนานั้นให้เข้ากับความรู้ทางทฤษฎีของตน แต่ไม่ว่าในกรณีใดก็ตาม ในขั้นพื้นฐาน เขาก็ยังติดอยู่ในทฤษฎีที่เป็นพื้นเดิมของเขาเอง

ที่นี่ เรามามองว่าในกรณีนี้ก็ต้องพูดกันในแง่ของการยอมรับ โดยมองในแง่ของเราก่อนว่า พระพุทธศาสนาเป็นระบบที่มีความสมบูรณ์ในตัว การที่จะเข้าถึงตัวแท้ตัวจริงมองเห็นภาพรวมหรือระบบของพระพุทธศาสนาได้ทั้งหมด จนกระทั่งถึงกับเห็นธรรมชาติของมนุษย์และจุดหมายของชีวิตมนุษย์นั้น ก็จะต้องศึกษาทฤษฎีของพระพุทธศาสนาทั้งหมดด้วย

อย่างไรก็ตาม ก็ยังมีข้อแม้อีกว่า ในทางพระพุทธศาสนาเองท่านบอกว่า การที่จะเข้าใจพระพุทธศาสนาได้ เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ได้อย่างแท้จริงนั้น การศึกษาเพียงทฤษฎีอย่างเดียวย่อมไม่เพียงพอ เพราะความรู้ที่แท้จริงจะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยการพิสูจน์ด้วยประสบการณ์ตรงในการปฏิบัติหรือในการภาวนา

การปฏิบัติหรือภาวนานั้นเป็นตัวที่จะตรวจสอบความรู้ทางทฤษฎี ทำให้ความรู้หรือการศึกษาทฤษฎีนั้น ไม่เขว ไม่ผิดพลาด ไม่เข้าใจเคลื่อน

คลาด นักจิตวิทยาตะวันตกนั้นสนใจการปฏิบัติหาประสบการณ์ทางจิตอยู่แล้วอย่างที่ว่าเมื่อก็นี้อ่าสนใจสมาธิ แต่การปฏิบัติโดยไม่มีความรู้ทฤษฎีรองรับก็อาจจะทำให้หลงไปอีกได้เหมือนกัน

เมื่อก็นี้อ่าเรามองว่าทฤษฎีนั้นไม่สมบูรณ์ ต้องมีการปฏิบัติ แต่ในเวลาเดียวกันการปฏิบัติโดยไม่มีความรู้ทฤษฎีรองรับก็อาจจะทำให้หลงไปกับประสบการณ์เบื้องต้น หรือประสบการณ์หลากหลายที่ตนมีขึ้นอย่างใดอย่างหนึ่งในระหว่างการปฏิบัติซึ่งอาจจะเป็นตัวการที่ทำให้เข้าใจไขว้เขวได้ ประสบการณ์ที่พบในการปฏิบัติโดยไม่มีทฤษฎีรองรับ ก็คือ การที่ผู้ปฏิบัตินั้นไม่ได้หรือไม่เอาประสบการณ์ของผู้ที่เคยปฏิบัติมาก่อนมาเป็นเครื่องตรวจสอบ

ทฤษฎีในความหมายของพระพุทธศาสนาไม่ใช่หมายถึงความรู้เชิงเหตุผล ในทางพระพุทธศาสนาในที่นี้ เราเพียงแต่ย้ำเอาคำว่าทฤษฎีมาใช้แต่ที่จริงไม่ถูกต้อง

คำว่าทฤษฎีในที่นี้หมายถึง บันทึกประสบการณ์ของผู้ที่ได้ผ่านการปฏิบัติมาแล้วนั่นเอง ซึ่งได้ประสบการณ์จริง เพราะฉะนั้นการที่เรารู้ทฤษฎีของพระพุทธศาสนาก็เพื่อเอาประสบการณ์ของคนที่เคยปฏิบัติมาแล้ว โดยเฉพาะของพระพุทธเจ้าเอง มาช่วยชี้้นำการปฏิบัติ และตรวจสอบกับประสบการณ์ของเรา

ฉะนั้น ในแง่นี้เมื่อพูดให้ถูกต้องแล้ว การเอาทฤษฎีมาตรวจสอบก็คือ การตรวจสอบประสบการณ์ด้วยประสบการณ์นั่นเอง แต่เป็นการตรวจสอบประสบการณ์ของเราเฉพาะตัวด้วยประสบการณ์ที่เป็นของท่านที่เรายอมรับว่าเป็นผู้เข้าถึงความจริงมาก่อนแล้ว หรือว่าได้บรรลุผลในทางปฏิบัติแล้ว

มันก็เลยวนกลับไปกลับมาว่า การศึกษาทฤษฎีจะสมบูรณ์ ต่อเมื่อมีประสบการณ์ตรงในการปฏิบัติ แต่การปฏิบัติจะได้ผลสมบูรณ์ก็ต่อเมื่อมีความรู้ทางทฤษฎี คือเอาประสบการณ์ของท่านที่ได้ปฏิบัติมาก่อนนี้มา

เป็นเครื่องตรวจสอบด้วย เพราะฉะนั้น ก็เลยต้องรู้ต้องเข้าใจและมีทั้ง ๒ ด้าน
คำว่า **“ทฤษฎี”** ที่เรายืมศัพท์ของตะวันตกมาใช้ในที่นี้นั้น ว่าตามหลักที่แท้ก็คือสิ่งที่เรียกว่า **“ปริยัติ”** ซึ่งคู่กันกับส่วนที่เป็นการ **“ปฏิบัติ”** ที่เรียกว่า **“ภาวนา”**

ปริยัตินั้นคู่กับการปฏิบัติ โดยเป็นทั้งพื้นฐานและเป็นเครื่องตรวจสอบของการปฏิบัติ คือเป็นบันทึกหรือประมวลประสบการณ์ของท่านผู้ที่ได้ปฏิบัติมาก่อนแล้ว โดยเฉพาะของพระพุทธเจ้า ผู้ทรงเป็นต้นเดิมของการปฏิบัติแบบนี้ และได้ทรงเล่าประสบการณ์ของพระองค์ไว้ โดยจัดประมวลเป็นสิ่งที่เรียกว่า ปริยัติ

เพราะฉะนั้น คำว่า *ทฤษฎี* กับคำว่า *ปริยัติ* จึงไม่ตรงกันแท้ทีเดียว และถ้าจะใช้คำพูดให้ตรงความหมายอย่างถูกต้องเคร่งครัด ในที่นี้ก็จะต้องใช้คำว่าปริยัติ ไม่ใช่คำว่าทฤษฎี

ที่ว่านี้ก็เท่ากับบอกว่า ต้องศึกษาพระพุทธศาสนาทั้งในแง่หลักการเพื่อเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์และจุดหมายของชีวิต เป็นการศึกษาด้านทฤษฎีหรือปริยัติ และในแง่การปฏิบัติตามวิธีการที่เป็นการพิสูจน์ความจริงของปริยัติให้มีผลจริงแก่ชีวิตจริงด้วย ดังที่เราเรียกว่า ปฏิบัติหรือภาวนา นี่ก็เป็นการสรุปอีกตอนหนึ่ง

เท่าที่พูดมาแค่นี้ก็คิดว่า ความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ ก็น่าจะมีความชัดเจนพอสมควรแล้ว จึงควรจะเพียงพอเท่านี้ก่อน

- ๓ -

จากจิตวิทยา จบที่ปัญญาภาวนา

ที่มาและลักษณะปัญหาจิตใจของคนในยุคปัจจุบัน

คราวนี้จะโยงไปหาตัวอย่าง ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยความเข้าใจให้ชัดเจนมากขึ้น อาตมาจะพูดถึงตัวอย่างการแก้ปัญหาโดยสอดคล้องกับความเข้าใจในธรรมชาติ และจุดหมายของมนุษย์

ได้พูดไปแล้วว่าสาเหตุหรือที่มาของปัญหาจิตใจ หรือปัญหาชีวิตของคนในปัจจุบันเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นในยุคอุตสาหกรรม สาระสำคัญของปัญหาจิตใจที่ว่านี้คืออะไร

จะขอสรุปว่า ที่มาของปัญหาจิตใจของคนในปัจจุบันนี้ได้แก่ ความขัดแย้งระหว่างสภาพความเป็นจริงในชีวิตและสังคมกับสภาพของจิตใจมนุษย์ซึ่งไม่มีปัญญาที่จะรับมือให้สอดคล้องเท่าทันกันกับสภาพชีวิตและสังคมที่เป็นจริงนั้น หรือพูดให้ตรงเข้าอีกว่าไม่มีปัญญาพอที่จะปรับจิตใจให้เท่าทันกับสภาพเช่นนั้น

ขอย้ำอีกทีหนึ่ง อาจะตามทันยาก บอกว่า ที่มาของปัญหาชีวิตจิตใจของคนในปัจจุบัน คือความขัดแย้งระหว่างสภาพความเป็นจริงในชีวิตและสังคม กับสภาพจิตใจของมนุษย์ ซึ่งไม่มีปัญญาที่จะรับมือให้สอดคล้องเท่าทันกันกับสภาพที่เป็นจริง กล่าวคือ สภาพชีวิตและสังคมทั้งความเป็นอยู่ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ในโลกปัจจุบันนี้ มีความผันผวนเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมายและรวดเร็ว แต่พร้อมกันนั้นจิตใจของคนที่

อยู่ในสภาพความเป็นจริงนั้น ไม่มีปัญญาพอที่จะรับมือกับสภาพนั้นได้ เมื่อไม่มีปัญญาพอที่จะรับมือกับมัน ก็เกิดความขัดแย้งแล้วก็กลายเป็นปมปัญหาขึ้นมา

จะขอยกตัวอย่าง เป็นคำพูดสัก ๔ ประโยค ให้เห็นลักษณะของความเป็นไปของจิตใจของมนุษย์ในสังคมยุคอุตสาหกรรมที่พัฒนาแล้ว ที่กำลังมีปัญหายุ่งยากในลักษณะที่เป็นความขัดแย้งกันอยู่ เช่นว่า

๑. ในขณะนี้สังคมมีคนมากมายคับคั่งยิ่งขึ้น บุคคลแต่ละคนกลับโดดเดี่ยวเดียวดายว่าเหว่มากขึ้น

บ้านเมืองเจริญขึ้น ประชากรเพิ่มมากมาย ผู้คนอยู่กันคับคั่ง ทั้งถิ่นที่อยู่ ที่ทำงาน ตามร้านค้าตลาด และที่ชุมนุมทั่วไป แต่แทนที่แต่ละคนจะรู้สึกอบอุ่นมีเพื่อนพ้องมากมาย คนจำนวนมากกลับรู้สึกว่ตนอยู่อย่างโดดเดี่ยว มีความเหงา มีความรู้สึกว่เหว่มากขึ้น

๒. คนในยุคปัจจุบันนี้ ต้องการให้ตัวตนของตนเองได้รับการยอมรับให้เด่น เป็นที่ปรากฏ มีความสำคัญ ได้รับความสนใจมาก ๆ แต่ก็ไม่สมปรารถนา ดังที่อาจจะพูดได้ว่า ในขณะนี้คนกำลังเฝ้าหาต้องการให้สังคมหรือคนอื่นยอมรับตัวตนของตนอย่างเต็มที่ แต่สังคมกลับปฏิบัติต่อบุคคลอย่างไม่เป็นตัวเป็นตนยิ่งขึ้น

อันนี้ก็สอดคล้องกับที่ในตะวันตกเขากำลังพูดว่สังคมของเขาทุกวันนี้มีปัญหาที่คนถูกปฏิบัติอย่างที่เขาใช้คำว่เป็น impersonal คืออย่างไม่เป็นตัวเป็นตนหรืออย่างไม่เป็นผู้เป็นคน~ ตัวบุคคลเหมือนกับว่ไม่มี เพราะไม่เป็นที่ปรากฏ หรือไม่ได้รับความสนใจ เนื่องจากระบบอุตสาหกรรมพร้อมทั้งระบบการดำเนินชีวิต และระบบการทำงานที่พ่วงอยู่กับระบบอุตสาหกรรมนั้น

เขายกตัวอย่างในทางอุตสาหกรรม เช่น ระบบการทำงานในโรงงานที่ปฏิบัติต่อคนเหมือนไม่เป็นคน หรือไม่มีตัวบุคคล คือตัวบุคคลแต่ละคนที่ทำงานเหมือนกับว่ไม่มีชีวิตจิตใจ ไม่มีความรู้สึกนึกคิด ไม่ได้รับความ

สำคัญ เป็นเพียงเหมือนกับชิ้นส่วนของเครื่องจักรกล หรือเหมือนกับหุ่นยนต์ที่ทำอะไรซ้ำ ๆ อยู่อย่างนั้น เช่นชั้นนอตอยู่อย่างเดียวันทั้งวัน ตรงจุดที่สายพานประกอบชิ้นส่วนของสินค้ามาถึง

สภาพเช่นนี้ สวนทางกับวิถีจิตวิทยาของตะวันตกที่เป็นมา ซึ่งถือหลักว่คนเรานี้ต้องการที่จะให้คนอื่นยอมรับตัวตน ถึงกับว่ในแนวจิตวิทยาตะวันตกในทางการศึกษามีการพูดว่ การศึกษามีความมุ่งหมายอย่างหนึ่งคือการทำให้ตัวตนขยายใหญ่ยิ่งขึ้น แม้แต่การศึกษาก็เพื่อทำให้ตัวตนนี้ขยายใหญ่ขึ้น มีความสำคัญมากยิ่งขึ้น ทำให้ใหญ่ที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งฝรั่งเรียกว่ self-maximization

ที่นี้มันกลับกัน คือ วิถีชีวิตตามวัฒนธรรมตะวันตกก็ดี แนวความคิดพื้นฐานทางปรัชญาก็ดี ทำให้คนมีความปรารถนาและมุ่งหมายในทางที่จะแสดงออกซึ่งตัวตน ทำให้ตัวตนได้รับการยอมรับมากขึ้น แต่พร้อมกันนั้นเองสภาพที่เป็นจริงของระบบชีวิตและสังคมของเขาในปัจจุบันไม่เป็นอย่างนั้น กลับเป็นระบบที่ปฏิบัติต่อบุคคลในทางที่ไม่เป็นตัวเป็นตนยิ่งขึ้น ทำให้เขาหมดความสำคัญลงไปยิ่งขึ้น

สังคมแบบอุตสาหกรรมนั้นยิ่งพัฒนาขึ้นเท่าใด สภาพชีวิตแบบที่ทำให้บุคคลหมดความเป็นตัวเป็นตนหรือหมดความสำคัญลงไปก็ยิ่งหนักหน่วงมากขึ้น จึงเกิดความขัดแย้งและไม่สมปรารถนาเป็นอย่างยิ่ง

๓. ในขณะนี้อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี ช่วยให้คนมีวัตถุปรนเปรอพร้อมพร้อมเต็มบ้าน แต่ในใจของคนกลับว่างเปล่า กลวงไ้ยิ่งขึ้น อันนี้ขอให้ดูว่เป็นจริงหรือเปล่า คือคนในยุคอุตสาหกรรมที่เป็นมานี้ ซึ่งเรียกได้ว่เป็นสังคมวัตถุนิยม ถือว่ความสุขอยู่ที่การมีวัตถุพร้อม

อุตสาหกรรมและเทคโนโลยีต่าง ๆ ได้มาช่วยให้คนมีวัตถุปรนเปรอพร้อมพร้อม อย่างที่เรียกกันว่เต็มบ้าน คนมีวัตถุพร้อมพร้อมเต็มไปหมดเต็มล้นบ้านอยู่รอบตัว ในขณะที่มีวัตถุปรนเปรอพร้อมพร้อมอยู่รอบตัว แต่ในใจนั้นกลับว่างเปล่า กลวงอย่างที่ว่านั้น จึงเป็นสภาพที่ขัดกัน ซึ่งจะ

ต้องเป็นปัญหาอย่างแน่นอน

๔. ต่อไป ในขณะที่คนพวกกกลงในอย่างที่ว่ามานี้ กำลังพยายามออกไปหาความเต็มจากข้างนอกเพื่อเอามาเติมให้กับตนเอง เขาวิ่งหนีจากตัวเองออกไป แต่ก็ต้องผิดหวัง แทนที่จะได้รับการเติมให้เต็ม กลับถูกทำให้พร่องให้กลวงยิ่งขึ้น

ขยายความว่า คนที่กกลงใน ข้างในว่างเปล่าเหล่านี้ พวกกันออกไปข้างนอก ไปหาอะไรต่ออะไรมาเติม ไปหาวัตถุมาเติม ไปหาความสัมพันธ์ทางสังคมภายนอก ไปหากิจกรรมทางสังคมมาเติมให้กับตนเอง เพื่อให้เกิดความรู้สึกเติม วิ่งหนีจากตัวเองออกไปหาสิ่งเติม จะไปพึ่งพาสังคมให้ช่วยเติมให้กับตนเอง ให้ตัวเองนี้เกิดความรู้สึกเติมขึ้นมา แต่ก็ปรากฏว่า สังคมนั้นได้ทำให้เขาอกหัก เพราะว่าคนในสังคมนั้นขาดความจริงใจ ขาดไมตรีที่แท้จริงต่อกัน ความพร่องหรือความกลวงในของเขาจึงไม่ได้รับการเติมให้เต็ม ความเต็มจึงไม่มี

เขาออกไปหาสังคมนี้นึกว่าจะช่วยเติมเต็มให้กับตัวเอง แต่ก็ต้องกลับมาด้วยความผิดหวัง อกหัก ยิ่งอ้างว้าง ว่างเปล่ายิ่งขึ้น นี่คือสภาพในข้อที่ ๔ ที่บอกว่าในขณะที่คนพวกกกลงใน พยายามหาสิ่งภายนอกมาเติมตัวเองให้เต็ม วิ่งหนีจากตัวเองออกไปหาไปพึ่งพาสังคม สังคมกลับทำให้เขาอกหัก เพราะว่าในสังคมนั้นไม่มีความจริงใจ ขาดไมตรีที่แท้จริง คือสังคมเองก็กำลังมีสภาพขาดความสุขร่วมกัน ไม่มีความสุขในการอยู่ร่วมหมู่ อย่างที่ฝรั่งเองเรียกว่าขาด public happiness ดังกล่าวแล้วข้างต้น

อันนี้ก็เป็นสภาพตัวอย่างซึ่งสังคมตะวันตกกำลังประสบอยู่ และสังคมที่พัฒนาตามแบบอุตสาหกรรมถ้าไม่รู้สึกรักตัว ไม่ปรับ ไม่เตรียมแก้ไขป้องกัน ก็จะต้องเป็นอย่างนี้

สังคมวางแนวความคิดไว้เพียงสุด

จิตมนุษย์ก็เกิดความขัดแย้ง เพราะมีความต้องการที่ไม่อาจสนอง

พูดอย่างรวบรัด ปัญหาจิตใจในสังคมปัจจุบันที่พัฒนาแล้ว ตามวัฒนธรรมอุตสาหกรรมนั้น ไปๆ มาๆ ก็เกิดจากสาเหตุหรือเหตุปัจจัยชุดเดียวกันนั่นเอง ที่ระดมส่งผลสับสนทอดกันเองด้วย แล้วก็ซ้ำเติมปัญหาให้รุนแรงขึ้นด้วย เหตุปัจจัยเหล่านี้ได้แก่แนวความคิดและค่านิยมต่าง ๆ ซึ่งมีลักษณะสุดโต่งไปข้างเดียว ว่าเฉพาะที่เข้ากับเรื่องที่ถูกตมแล้ว ข้อสำคัญ ๆ ก็คือ

๑. แนวความคิดและค่านิยมในวัฒนธรรมอุตสาหกรรมที่ถือคติวัตถุนิยมว่า ยิ่งมีวัตถุบำรุงบำเรอพร้งพร้อมมากเท่าใดก็จะมีความสุขสมบูรณ์มากขึ้นเท่านั้น ซึ่งทำให้คนแข่งขันแย่งชิงกันในการแสวงหาวัตถุปรนเปรอให้พร้งพร้อมเต็มที่ และฝากความสุขของตนไว้กับวัตถุปรนเปรอภายนอกเหล่านั้น
๒. การมองความหมายของจิตวิทยาในลักษณะที่สนองค่านิยมในการแสวงหาวัตถุตามวัฒนธรรมอุตสาหกรรมนั้นคือมองจิตวิทยาเป็นความเฉลียวฉลาด หรือเก่งกาจในปฏิบัติการเกี่ยวกับจิตใจเพื่อจัดการกับผู้อื่น ในทางที่จะทำผลประโยชน์ของตนให้สำเร็จ ซึ่งเป็นทั้งตัวการที่เสริมย้าสนับสนุนระบบการแข่งขันแย่งชิงเอารัดเอาเปรียบ และทำให้คนไม่มีความจริงใจต่อกัน ขาดน้ำใจไมตรีที่แท้จริง ทำให้ไม่มีความสุขส่วนรวม หรือประชาสุข (public happiness) ทำให้คนรู้สึกอกหัก เพราะไม่ได้รับความอบอุ่นร่วมเย็นจากสังคม
๓. การถือหลักปรัชญาที่สอนให้เชื่อว่า การขยายความสำคัญหรือความยิ่งใหญ่ของตัวตนให้มากขึ้น (self-maximization) เป็นจุดมุ่งหมายของชีวิตมนุษย์ ซึ่งทำให้การปฏิบัติตามคติ ๒ ข้อต้น

นั่น มีฐานเสริมให้มีกำลังแรงและเป็นไปอย่างลึกซึ้งแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น พร้อมทั้งในเวลาเดียวกันเมื่อไม่สมหวังก็ทำให้ผลในทางลบเป็นไปอย่างรุนแรงมากขึ้นด้วย

ต่อไปนี้จะจำกัดขอบเขตของปัญหาที่จะพูดให้แคบเข้าไปอีก โดยจะยกเอาปัญหาเพียงสักข้อหนึ่งข้อเดียวขึ้นมาวิเคราะห์เป็นตัวอย่าง

แต่ก่อนที่จะพูดต่อไป จะขอสรุปหัวข้อทั้ง ๔ ที่แสดงถึงสภาพชีวิตจิตใจของคนในสังคมตะวันตกที่พัฒนาแล้วในปัจจุบัน ซึ่งมีปัญหาในลักษณะที่เป็นความขัดแย้ง เป็นการทบทวนอีกครั้งหนึ่ง คือ

๑. ในขณะที่สังคมมีคนมากมายคับคั่งยิ่งขึ้น บุคคลกลับโดดเดี่ยวเดียวดายว่าเหวยิ่งขึ้น
๒. ในขณะที่คนกำลังเฝ้าหาต้องการให้ตัวตนของตนได้รับการยอมรับอย่างเต็มที่ สังคมกลับปฏิบัติต่อบุคคลอย่างไม่เป็นตัวเป็นตนยิ่งขึ้น
๓. ในขณะที่อุตสาหกรรมและเทคโนโลยีช่วยให้คนมีวัตถุปรนเปรอพร้อมเต็มบ้าน แต่ในใจคนกลับว่างเปล่ากลวงโปยิ่งขึ้น
๔. ในขณะที่คนผู้กลวงในวังหนี่จากตัวเองออกไปหาจะพึงพาสังคม สังคมก็ทำให้เขาออกหัก เพราะขาดความจริงใจไมตรีที่แท้จริง

ตะวันตกเปลี่ยนจากเหงาเมื่ออยู่เดียว ไปเป็นเหงากลางหมู่

ในที่นี้อาตมาก็จะยกตัวอย่างปัญหาที่จำกัดเฉพาะขึ้นมาพูดสักอย่างหนึ่ง ตามที่บอกล่วงหน้าไว้แล้ว คือปัญหาว่าในขณะนี้คนเหงาว่าเหว มีความรู้สึกนี้มาก อยู่คนเดียวไม่ได้ อย่างที่บอกเมื่อกี้ว่าข้างในมันกลวงมันว่างเปล่า

ความรู้สึกอ้างว้างว่างเปล่า เหงา เปล่าเปลี่ยว เดี่ยวดาย อะไรต่างๆนี้ครอบงำจิตใจของคนในสังคมปัจจุบันมาก เสร็จแล้วคนพวกนี้ก็วังหนี่

ตัวเองออกไปหาสิ่งภายนอกมาเติมให้กับตัวเอง สภาพอย่างนี้เรียกว่าเป็นสภาพของการที่ไม่สามารถอยู่คนเดียว หรือว่าไม่สามารถมีความสุขในการอยู่กับตนเอง

ทีนี้ในขณะที่คนมีความเหงา ว่าเหวอยู่แล้วในการอยู่คนเดียว วัฒนธรรมตะวันตกแก้ปัญหาอย่างไร มาช่วยคนอย่างไรบ้าง เอาละตัวปัญหาคือ ขณะนี้คนเหงาว่าเหวอยู่แล้วในการอยู่คนเดียว โดยเรายกเป็นตัวกระทู้ หรือปัญหาขึ้นมา แล้วเรามาดูว่าเขามีวิธีปฏิบัติอย่างไรในการแก้ปัญหา นั้น

ในเรื่องนี้ วัฒนธรรมอุตสาหกรรมที่เกิดขึ้นในตะวันตกแทนที่จะไปแก้ปัญหาที่ต้นตอ คือแทนที่จะแก้ปัญหาในลักษณะที่ว่าทำอย่างไรจะให้เขาอยู่คนเดียวโดยไม่ต้องว่าเหว แต่กลับไม่เอาอย่างนั้น

เขาเหงาว่าเหวในการอยู่คนเดียว การแก้ปัญหาที่ต้นตอกก็คือ ทำอย่างไรจะให้เขาอยู่คนเดียวได้โดยไม่อ้างว้างว่าเหว แต่วิธีของสังคมตะวันตกตามวัฒนธรรมอุตสาหกรรมกลับกลายเป็นว่า เปลี่ยนความเหงาเปล่าเปลี่ยวในการอยู่คนเดียว ไปเป็นความเหงาเปล่าเปลี่ยวทั้งที่อยู่ในที่ท่ามกลางหมู่ หรือเหงาทั้งที่อยู่กันเป็นหมู่

ที่พูดอย่างนี้หมายความว่า สภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ก็กำลังเป็นปัญหาอยู่แล้ว ก็เลยกลายเป็นการซ้ำเติมปัญหาเป็นสองชั้นหรือสองเท่า กล่าวคือ ปัญหาเดิมก็ไม่ได้แก้ อยู่คนเดียวก็เหงาเปล่าเปลี่ยวชั้นหนึ่งแล้วแล้วยังเพิ่มปัญหาใหม่ คือ อยู่ท่ามกลางหมู่ก็ว่าเหวโดดเดี่ยวเดียวดายซ้ำเข้าไปอีก

อย่างที่กล่าวเบื้องต้นแล้วว่า สังคมปัจจุบันนี้ทั้งที่อยู่กันคับคั่ง แต่ในใจของคนกลับอ้างว้างว่าเหว เหงายิ่งขึ้น แต่ละคนก็วังหนี่จากตัวเองเพื่อไปหาสิ่งเติมเต็มจากข้างนอก และก็อย่างที่ว่าเมื่อกี้ ก็ไปเจอกับสังคมที่หักหลังเขา ไม่ยอมให้เขาพึ่ง หรือไม่ได้เต็มใจที่จะให้อะไรแก่เขา เพราะแต่ละคนในสังคมนั้นต่างก็หนีจากตัวเองมาด้วยกันทั้งนั้น เพื่อจะมาหา

มารับเอา มาเติมให้แก่ตัวเอง ต่างคนต่างมีจุดพร่อง มีความว่างเปล่าใน
ตนที่จะมาหา มาเติม ก็เลยไม่สามารถช่วยกันและกันได้ สังคมนั้นก็ไม่สามารถจะสนองความต้องการของบุคคล

ในสภาพเช่นนี้ คนทั้งหลายก็มาเจอกันในระบบสังคมแบบที่ว่า แม้จะมีการยืมก็ยืมแบบธุรกิจ คือไม่ใช่ยืมแบบจริงใจ ก็เลยเป็นอย่างที่ว่าแล้ว คือ มีความพร่องหรือว่างเปล่ามา ก็ได้รับความพร่องหรือว่างเปล่ากลับไป พุดสัน ๆ ว่า พร่องมาก็พร่องไป หรือว่างเปล่ามาก็ว่างเปล่ากลับไป

คนทั้งหลายมาพร้อมด้วยความพร่อง ความว่างเปล่าในตนเอง แล้วก็มาเจอกับสังคม โดยเอาความพร่อง ความว่าง ความเปล่าออกมาถ่ายทอดให้แก่กัน แล้วแต่ละคนก็กลับไปพร้อมด้วยความว่างเปล่าหรือความกลวงในที่เพิ่มขึ้น

พุทธเปลี่ยนจากอยู่เดียวเปลี่ยวใจ ไปเป็นอยู่เดียวแสนสุข

ที่นี้วกมาทางพระพุทธศาสนาบ้าง พระพุทธศาสนานั้นมองอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งแทบจะตรงข้ามกับความคิดแบบตะวันตก คือ พระพุทธศาสนาบอกว่าต้องแก้ที่ต้นตอ คือตัวจุดของปัญหาโดยตรงก่อน คือต้องไปแก้ตรงจุดที่ว่า เมื่อคนเขาหงอยเหงาว้าเหวอยู่แล้วในการอยู่คนเดียว ก็ต้องแก้ไขให้เขาอยู่คนเดียวได้ โดยมีความสุข ไม่เหงา ไม่ว้าเหว

พอบอกอย่างนี้ก็เปลี่ยนวิธีการ คือทางพระพุทธศาสนาท่านเปลี่ยนมาใช้วิธีการแบบพลิกกลับ โดยเปลี่ยนความเหงาเปล่าเปลี่ยวในการอยู่คนเดียว ไปเป็นการมีความสุขในการอยู่คนเดียว อย่างที่เรียกว่าอยู่เป็นสุขในวิเวก หรือวิเวกสุข ซึ่งเป็นจุดที่เน้นย้ำในพระพุทธศาสนา

พอทำให้คนอยู่เป็นสุขคนเดียวได้ อยู่กับตัวเองได้ มีความเต็มอยู่ในตัวแล้ว ก็ไม่ต้องวิ่งไปหาที่เติมข้างนอกเพราะข้างในเต็มดีอยู่แล้ว ไม่พร่อง ไม่ว่างเปล่า ไม่กลวง เมื่อเขาออกไปสู่สังคมก็มีความสุขชื่นชมเบิกบานเป็น

สุขในหมู่อีก เพราะแต่ละคนในสังคมนั้นต่างก็เติมมาด้วยกัน ต่างก็พร้อมที่จะให้ และมีอะไรที่พร้อมจะให้แก่ผู้อื่น เพราะไม่พร่องที่จะมาแย่งหรือมาหาจากผู้อื่นอีก ฉะนั้นก็จะมีภาวะที่เรียกว่ามีความจริงใจ มีไมตรีเกิดขึ้นได้ ไม่ต้องมียืมที่เรียกว่ายืมธุรกิจ เขาจะยืมให้ ไม่ใช่ยืมเอา

ที่ว่ายืมเอาก็คือ ยืมที่หน้าแต่ว่ามีอ้าไปล้วงกระเป๋า อันนี้ก็เป็นสภาพที่เป็นไปในสังคมปัจจุบันนี้มาก และตามค่านิยมของสังคมปัจจุบันก็จะฝึกกันอย่างนั้นด้วย จิตวิทยาถูกนำมาสนองความต้องการอันนี้ คือจะให้คนยืมที่หน้า พร้อมกับอ้ามือไปล้วงกระเป๋าให้ได้ด้วย ถ้าใครทำอย่างนี้ได้สำเร็จก็เรียกว่าคนนั้นมีจิตวิทยา เป็นคนเก่ง เป็นคนประสบความสำเร็จ ที่เรียกว่ายืมธุรกิจนั้นก็กลายเป็นว่า ฝึกให้คนยืม แต่การยืมนั้นเป็นการยืมหลอก ๆ เป็นการยืมที่ไม่จริงใจ

แต่ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าคนจะต้องมีความเต็มในตัว และการยืมนั้นจะต้องยืมด้วยน้ำใจ ยืมด้วยใจจริง เมื่อเป็นอย่างนี้ก็พูดได้ว่าคนนั้นเป็นผู้ที่เต็มบริบูรณ์ในตัวมาแล้ว เสร็จแล้วก็มาพบกับความเต็มกลับไป เป็นบุคคลที่เต็มบริบูรณ์ออกมา แล้วก็มาพบกับสังคมที่เต็มบริบูรณ์อีก เรียกสั้น ๆ ว่า เต็มมาแล้วก็เต็มกลับไป เพราะฉะนั้น เขาจะอยู่คนเดียวก็มีความสุข หรือมาอยู่ร่วมสังคมก็มีความสุขอีก และยังช่วยทำให้สังคมนั้นเป็นสังคมที่มีความสุข มีความชื่นบานบรรจิบไปด้วย

ที่ว่ามานี้ก็เป็นเรื่องของการทำงานที่ว่าจะทำอย่างไรจะแก้ปัญหาให้ตรงจุด และก็ไดยกตัวอย่างมาแสดงเป็นการเปรียบเทียบให้เห็นวิธีการของพระพุทธศาสนากับวิธีการของตะวันตกว่าเหมือนกัน หรือต่างกันอย่างไร ประเด็นก็อยู่ที่การทำให้มีความสุขในการที่จะอยู่กับตัวคนเดียวได้อย่างมีความสุข โดยไม่ต้องวิ่งหนีตัวเอง

อันนี้แหละเป็นจุดสำคัญอย่างหนึ่งในการแก้ปัญหาของยุคปัจจุบัน โดยเริ่มจากปัญหาในตัวบุคคล จากการแก้ปัญหาในใจของบุคคลก็ขยายออกไปสู่สังคมทั้งหมดด้วย

แก้ปัญหาจากสังคม หรือแก้ที่ตัวบุคคล

อย่างไรก็ตาม ตามวิธีการแก้ปัญหาของพระพุทธศาสนา แทนที่จะเริ่มต้นการแก้ปัญหาด้วยการแก้ไขที่ตัวบุคคลคนเดียวด้วยตัวของเขาเอง โดยลำพัง ท่านกลับไปเน้นวิธีแก้มาจากสังคม

แต่กระนั้นก็ตาม พระพุทธศาสนามีวิธีการที่ยืดหยุ่น เช่น การแก้ปัญหาว่าทำอย่างไรจะ使人มีความสุขในการอยู่คนเดียวได้ สำหรับคนที่ถึงขั้นจริง ๆ ท่านบอกว่าแก้ได้ในระดับปัญญาโดยใช้โยนิโสมนสิการอย่างเดียวก็พอ ถ้าใช้วิธีนี้ก็เป็นการแก้ที่ตัวเองโดยตัวคนเดียวได้เลย

แต่คนส่วนใหญ่จะทำไมได้อย่างนั้นเพราะฉะนั้นสำหรับคนส่วนใหญ่แล้ว วิธีการแก้ปัญหาของบุคคลจะเริ่มต้นจากวิธีการทางสังคมย้อนมาหาตัวบุคคล เรื่องกลับเป็นอย่างนั้นไป กล่าวคือ พระพุทธศาสนาจะให้เริ่มจากการมีกัลยาณมิตร โดยเราช่วยจัดให้คนที่ไม่มีมีความสุขในการอยู่คนเดียวที่มีความอ้างว้างว่าเหว ว้างเปล่า ข้างในนั้น ได้มีกัลยาณมิตร

กัลยาณมิตรก็คือคนที่เต็มข้างในหรือมีความเต็มในตัวอยู่แล้ว คนที่เต็มข้างในนี้ก็มาช่วยคนที่อ้างว้างภายในนั้น โดยช่วยทางด้านจิตใจก่อน การช่วยในด้านจิตใจนี้ก็คือ ทำให้คนที่ว่างเปล่าภายใน มาหาและอยู่กับสังคมอย่างชนิดไม่อกหัก หมายความว่า เขามาเจอคนในสังคมนั้น ซึ่งเป็นกัลยาณมิตรที่ไม่ทำให้เขารู้สึกว่าถูกทรยศหรือหักหลัง แต่เขารู้สึกว่าได้รับน้ำใจหรือความจริงใจ ก็เลยช่วยให้เขามีความเต็มภายในได้

นี่ต่อไป กัลยาณมิตรนั้นนอกจากช่วยทางด้านจิตใจแล้ว ก็จะช่วยทางด้านปัญญาด้วย ด้านปัญญานี้ก็คือการช่วยให้คนนั้นได้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตจิตใจของตนเองและรู้เท่าทันโลกหรือสังคม จนกระทั่งคนนั้นเป็นอิสระ มีอิสรภาพ เพราะช่วยตนเองได้

ถ้าเป็นการช่วยในระดับจิตใจก็ยังไม่ทำให้คนนั้นมีอิสรภาพเพราะเขายังต้องพึ่งพิงกัลยาณมิตรนั้นอยู่ หรือยังต้องอาศัยความเต็มเต็มจากความ

สัมพันธ์ทางสังคม ต่อเมื่อเราช่วยแก้ปัญหาถึงระดับปัญญา ทำให้เขาเข้าใจความจริง ปรับจิตใจได้ มีจิตใจเป็นอิสระแล้ว หรือแก้ปัญหา ของเขาเองได้แล้ว คนนั้นจึงจะมีอิสรภาพ เรียกว่าพึ่งตนเองได้

เพราะฉะนั้น หน้าที่ของกัลยาณมิตรจึงจัดเป็นการแก้ปัญหาจากสังคมเข้ามาหาตัวบุคคล โดยเริ่มจากสังคมนั้นเข้ามาหาจิตใจก่อน แต่ด้านจิตใจก็ยังไม่พอ ต้องถึงปัญญา นี่ก็คือระบบของพระพุทธศาสนา

เมื่อถึงขั้นปัญญาแล้วบุคคลนั้นจะช่วยตัวเองได้ และเป็นอิสระอย่างแท้จริงโดยที่มีความสามารถที่จะทำให้ตนเองเป็นสุขในการอยู่คนเดียวโดยลำพัง พร้อมทั้งสามารถทำหน้าที่ทางสังคม โดยเป็นกัลยาณมิตร คือเป็นผู้มีสิ่งที่จะช่วยเติมเต็มให้แก่ผู้อื่นได้ด้วย

การแก้ปัญหาอย่างมีกระบวนการวิธีและเป็นระบบ

เพราะฉะนั้น ในการแก้ปัญหานี้จึงได้บอกไปข้างต้นว่า พระพุทธศาสนาเป็นระบบที่มีองค์ประกอบหลายอย่าง ซึ่งมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันในการแก้ปัญหา แม้แต่บุคคลที่มีความเหงา ว่าเหวในใจ ซึ่งเป็นปัญหาแบบหนึ่ง ก็มีวิธีแก้ปัญหาก็แยกได้เป็นขั้นเป็นตอน และขั้นตอนเหล่านั้นก็เป็นทางเลือกที่ยืดหยุ่นได้ด้วย โดยสามารถปรับให้เข้ากับพัฒนาการของบุคคล

วิธีแก้ปัญหสำหรับคนที่อ้างว้างว่าเหวโดดเดี่ยว ที่ได้พูดมาเป็นตัวอย่างนั้น ว่าโดยสรุปแบบง่าย ๆ สามารถใช้วิธีปฏิบัติที่แยกได้เป็น ๓ ขั้นตอน คือ

- ๑. คนอื่นในสังคมที่เป็นคนเต็มภายในแล้ว มาช่วยเป็นกัลยาณมิตรแก่เขา หรือสังคมเป็นกัลยาณมิตร ในขั้นนี้เขายังมีความพึ่งพาผู้อื่นอยู่มาก
- ๒. ตัวเขาเองรู้จักเลือกหา กัลยาณมิตร คือรู้จักคบคน หรือแหล่งที่

เป็นกัลยาณมิตร ในขั้นนี้เขาเริ่มรู้จักพึ่งตนเอง และมีทิศทางที่แน่นอน

๓. บุคคลนั้นรู้จักคิดรู้จักพิจารณาด้วยตนเอง เป็นอยู่อย่างรู้เข้าใจเท่าทันโลกและชีวิต ในขั้นนี้เขาเป็นอิสระ พึ่งตนเองได้แล้ว

หลักการที่ว่ามานี้จะพูดอีกอย่างหนึ่งก็ได้ว่า เราต้องการกัลยาณมิตร คือต้องการสังคมที่มีปฏิสัมพันธ์กันโดยศีล หมายความว่า มีความสัมพันธ์ในเชิงสังคมที่ดี ที่ไม่เบียดเบียน ที่ไม่เอารัดเอาเปรียบ ไม่มุ่งหาผลประโยชน์แก่ตนด้วยการเอาจากผู้อื่น แต่ปฏิบัติต่อกันด้วยความเกื้อกูล มีการแสดงออกต่อกันด้วยความมีน้ำใจ หรืออย่างน้อยมีความจริงใจ นี่คือขั้นของ *ศีล* ซึ่งเป็นระดับของความมีกัลยาณมิตร

เมื่อมีการปฏิบัติในขั้นศีล หรือในระดับกัลยาณมิตรนี้แล้ว มันก็โยงไปหาขั้นจิตใจเอง ซึ่งเป็นระดับของ *สมาธิ* กล่าวคือ จากการปฏิบัติเช่นนั้นก็จะทำให้จิตรู้สึกเต็มอิ่ม และเขาอาจจะพัฒนาคุณสมบัติอื่น ๆ ทางจิตใจเพิ่มมากขึ้นอีก ด้วยการฝึกปฏิบัติในระดับสมาธินั้นยิ่งขึ้นไป

การแก้ปัญหาในระดับจิตใจนี้ ก็จะต้องโยงหรือส่งทอดต่อไปอีก โดยที่ว่าในที่สุดแล้วตัวบุคคลนั่นเองจะต้องมี *ปัญญา* ที่รู้เข้าใจความจริงของโลกและชีวิต เพื่อจะสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ที่เรียกว่า พึ่งตนเองได้ หรืออยู่ได้ด้วยตนเอง

ปัญญานั้นเกิดจากการมีโยนิโสมนสิการ คือการรู้จักคิด รู้จักพิจารณา หรือคิดเป็น ซึ่งทำให้มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัยและรู้เข้าใจสถานการณ์นั้น ๆ ตามความเป็นจริง ตลอดจนรู้จักปรับจิตใจ วางใจอย่างถูกต้องและได้ผลดีจากประสบการณ์ทุกอย่าง

ปัญญาที่เกิดขึ้น จะทำให้สามารถแก้ไขหรือหาทางออกจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้ ทำให้เกิดความสุข โปร่งโล่ง และทำให้รู้เข้าใจความจริงที่จะเป็นอยู่อย่างรู้เท่าทัน พูดอย่างสรุปความว่า ปัญญา

นั้น ทั้งทำให้เห็นทางออก ช่วยให้สว่างโปร่งโล่งออกไป และทำให้ปรับจิตใจเข้ากับสถานการณ์หรือสภาพความจริงนั้น ๆ ได้

เมื่อปัญญาเกิดขึ้น ทำให้แก้ปัญหา หาทางออก ปรับจิตใจ หรือวางใจต่อปัญหาหรือสถานการณ์นั้น ๆ ได้แล้ว ก็จะเกิดภาวะที่เรียกว่า *ดุลยภาพ* และเขาก็จะเป็นอิสระ เป็นผู้ที่พึ่งตนเองได้ อยู่ได้ด้วยตนเอง แล้วก็อยู่คนเดียวได้โดยไม่หงอยเหงาว่าเหวเลย ถ้าเขาไปอยู่ในสังคม ก็จะอยู่อย่างเป็นสุขเช่นเดียวกัน พร้อมทั้งเป็นกัลยาณมิตร ช่วยทำให้คนอื่นก้าวอย่างขึ้นสู่วิถีแห่งความสุขได้ด้วย

การฝึกปฏิบัติเพื่อส่งเสริมคุณสมบัติเช่นความรู้สึกเต็มอิ่มทางจิตใจในระดับสมาธินี้ เรียกเป็นคำศัพท์สั้น ๆ ว่า *จิตภาวนา* ส่วนการฝึกฝนพัฒนาปัญญาให้มีความรู้เข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง เพื่อให้รู้จักแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง และเป็นอยู่อย่างรู้เท่าทันนั้น เรียกสั้น ๆ ว่า *ปัญญาภาวนา*

จากที่กล่าวมานี้จะเห็นว่า เพียงแต่ก้าวจากขั้นของการจัดปรับพฤติกรรมในระดับศีล ไปถึงขั้นของสมาธิในระดับจิตภาวนา ก็ยังไม่เพียงพอ จะต้องขึ้นไปให้ถึงขั้นของปัญญาภาวนาด้วย การจัดปรับพฤติกรรมที่เกื้อกูล และความสุขภาพจิตที่สมบูรณ์จึงจะได้ผลอย่างแท้จริง

ฉะนั้น ชื่อเรื่องที่ตั้งไว้ว่า *จากจิตวิทยา สู่อัจฉริยภาพ* ก็ยังไม่ถูกต้อง คือยังจะต้องเติมต่อไปอีกว่า *จากจิตภาวนา สู่อัจฉริยภาพ*

เพราะว่างจึงเต็ม เพราะไม่ว่างจึงกลวง

น่าสังเกตว่า ในการทำให้คนหายรู้สึกอ้างว้างว่างเปล่านี้ มีสิ่งที่เรียกว่าเป็น paradox คือความจริงย้อนแย้ง หรือความจริงผกผันเกิดขึ้น กล่าวคือ ในทางพระพุทธศาสนาท่านบอกว่า การที่บุคคลจะหาย (จากความรู้สึก) ว่างเปล่าได้ก็ต่อเมื่อเขาเข้าถึงความว่าง เขาจะหมดความรู้สึกว่างเปล่า เมื่อเขารู้จักความว่าง

อันนี้ก็นำเข้าสู่อะไรที่เรียกว่า อนัตตา กล่าวคือ เมื่อคนรู้จักความว่าง รู้จักอนัตตา เข้าถึงความจริงของชีวิตอย่างถึงที่สุด หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าเข้าถึงสัจธรรมแล้ว เขาก็จะหายคือจะหมดความรู้สึกว่างเปล่าได้อย่างแท้จริง

เรื่องเข้าถึงความว่างแล้วหายรู้สึกว่าง หรือ รู้จักความว่างจึงหายรู้สึกว่าง นี่เป็นอย่างไร จะยังไม่อธิบายในที่นี้ แต่ก็พูดสั้นๆ ว่าตกลงเป็นอันว่า การแก้ปัญหาในขั้นสุดท้าย ต้องถึงขั้นปัญญา

ปัญญาในที่นี้ หมายถึงปัญญาที่รู้จักความว่างเปล่าจากตัวตน คือรู้แจ้งอนัตตา โดยรู้เข้าใจโลกและชีวิตนี้ตามความเป็นจริง ว่าเป็นเรื่องขององค์ประกอบทั้งหลายที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อรู้เข้าใจด้วยปัญญามองเห็นความว่างแล้ว ก็จะเกิดภาวะทางจิต คือความว่างของจิตใจจากกิเลสและความทุกข์

ตอนแรกรู้จักความว่างด้วยปัญญา ต่อไปก็มีผลทางจิตใจเกิดขึ้น คือจิตใจว่างจากกิเลสและความทุกข์ รวมเป็น ๒ ตอน คือ ปัญญาเห็นความว่าง กับ จิตใจที่ว่างจากทุกข์ โดยสรุป นี่คือการแก้ปัญหาระดับจิตใจที่มีผลโยงมาถึงและโยงมาจากปัญญา ความว่างในที่นี้คือความเป็นอิสระในความหมายหนึ่ง

ที่นี้เมื่อจิตว่างจากกิเลสและความทุกข์แล้ว ก็กลายเป็นว่าจิตนั้นจะมีความเต็มอิมในตัว ซึ่งเป็นผลการปฏิบัติในระดับจิตใจที่อาศัยปัญญาส่งผลย้อนมา การทำจิตใจให้เต็มอิมนี้ก็คือการปฏิบัติในระดับสมาธิ

เมื่อเขามีจิตเต็มอิมคือมีสมาธิดีแล้ว ในเวลาที่เขาออกไปมีความสัมพันธ์ในทางสังคมก็จะมีปฏิสัมพันธ์ที่มีความชุ่มชื่นเบิกบานในสังคมนั้น

ในกรณีนี้ก็จึงกลายเป็นการพูดกลับกันว่า จากปัญญาส่งผลมาสู่ระดับจิตหรือสมาธิ แล้วระดับจิตหรือสมาธิก็ส่งผลไปหาพฤติกรรมในทางสังคมคือระดับศีลอีก

จึงมองได้ว่า ระบบการปฏิบัติของพระพุทธศาสนานี้ดูเหมือนว่า

เวียนกลับไปกลับมา คือการปฏิบัตินั้นเริ่มจากศีลเข้าไปหาจิตหรือสมาธิ แล้วจากสมาธิก็โยงไปหาปัญญา แต่ในทางกลับกันเวลาส่งผลนี้ปัญญาส่งผลมาสู่ระดับสมาธิของจิต แล้วสมาธิก็ส่งผลมาสู่พฤติกรรมระดับศีลทั้งหมดนี้เป็นระบบความสัมพันธ์ในองค์รวมของชีวิตที่งดงามของมนุษย์

หลักการและวิธีปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนาตามที่ว่ามานี้มีแง่ที่จะพิจารณาโดยสัมพันธ์กับจิตวิทยาตะวันตกได้เป็นอันมาก และเป็นจุดหนึ่งที่จิตวิทยาตะวันตกกำลังหันมาสนใจพระพุทธศาสนา ดังที่ฝรั่งกำลังมาสนใจเรื่องความว่าง (emptiness) หรือสัจธรรมอันอยู่ แล้วอันนี้ก็กลับเป็นจุดที่จะนำไปแก้ปัญหาสังคมปัจจุบันที่คนมีความรู้สึกอ้างว้าง ว้าเหว ว่างเปล่า กลวงภายในอย่างที่ได้กล่าวมานั้น

เมื่อเต็มแล้ว จะอยู่เดียวก็เป็นสุข
จะอยู่ในสังคมก็เป็นสุข และทำสังคมให้เป็นสุขด้วย

มีข้อสังเกตในกรณีนี้ว่า การอยู่เดียวอาจจะก่อให้เกิดโรคจิตก็ได้ หรืออาจจะเป็นการแก้โรคจิตก็ได้ ทั้งนี้ก็อยู่ที่ว่าจะมีสภาพจิตใจและปัญญาอย่างไร บางท่านถึงกับบอกให้แยกแยะระหว่างคำว่า “being alone” กับ “being lonely”^๔

“being alone” (อยู่เดียว) นี่อาจจะเป็นสิ่งที่ดี ถ้าปฏิบัติให้ถูกต้องก็ได้ไว้เวกสุข แล้วก็จะไม่ “being lonely” (เดียวดาย) แต่ถ้า “being lonely” แล้วก็ไม่ไหว ก็จะต้องเป็นปัญหาจิตใจ ซึ่งสืบเนื่องจากการขาดปัญญาที่แท้จริง

แม้ในพระสูตร พระพุทธเจ้าก็เคยตรัสแยกความแตกต่างระหว่างความอยู่เดียวที่แท้กับความอยู่เดียวเทียม ความอยู่เดียวแท้เป็นอย่างหนึ่งคือความมีจิตใจและปัญญาในสภาพที่ทำให้ตนเองนี้อยู่เป็นสุข แต่ความอยู่เดียวชนิดเทียมก็คือความมีสภาพจิตที่ขาดการฝึก ขาดการพัฒนา ไม่

มีปัญญาที่เข้าใจความจริง ก็จะทำให้เกิดปัญหาจากกิเลสและความทุกข์ขึ้นมา

รวมความแล้ว ก็เป็นอันว่า เรามีความว่างอย่างเต็ม กับ ความว่างอย่างกลวงหรือกลวงโบ๋ คือว่างเปล่า ไร้ความหมาย แล้วอีกคู่หนึ่งก็ยังมี ความว่างที่เห็นแจ้งด้วยปัญญา กับความว่างเปล่าทางอารมณ์ หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่า การรู้จักความว่าง กับการรู้สีกว่างเปล่า ถ้าเป็นการรู้จัก ความว่างก็เป็นเรื่องของปัญญา แต่ถ้าเป็นการรู้สีกว่างเปล่านั้นก็เป็นเรื่อง ทางด้านจิตหรืออารมณ์

ขอพูดอีกคู่หนึ่ง คือความว่างอย่างแจ้งว่างไม่รู้ทิศทางน่ากลัว กับ ความว่างที่โปร่งโล่งทำให้เกิดความคล่องตัว สำหรับบางคนคือผู้ที่มีจิตใจ ยังไม่ได้พัฒนานั้นจะมีความว่างประเภทที่ว่าแจ้งว่าง ไม่รู้ทิศทางจะไปไหน สับสนน่ากลัว แต่สำหรับบางคนคือท่านที่พัฒนาจิตปัญญาดีแล้วก็จะมีความว่างชนิดที่โปร่ง โล่ง คล่อง เบิกบานผ่องใส

อันนี้ก็เป็นอย่างที่อาตมายกมาพูดเพื่อให้มองเห็นความสัมพันธ์ ระหว่างจิตวิทยาสมัยใหม่ กับข้อปฏิบัติทางจิตใจในพระพุทธศาสนา หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่า ให้มองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยากับจิตภาวนา ซึ่งได้เน้นในแง่ที่จะนำไปใช้ประโยชน์อย่างไร ซึ่งทางตะวันตกก็มุ่ง ประโยชน์อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้ เพราะปัญหาใหญ่อย่างหนึ่งในสังคม ตะวันตกปัจจุบัน ที่มาจากวัฒนธรรมอุตสาหกรรมก็คือความรู้สีกว่างเปล่า ความมี inner emptiness คือความรู้สีกว่างเปล่าภายในดังทีกล่าวนมาแล้วนั้น

การแก้ปัญหาที่ชาวตะวันตกหลายคนกำลังมาสนใจ ซึ่งเป็นวิธี ปฏิบัติสำคัญของพระพุทธศาสนาคือ การมาเรียนรู้และฝึกปฏิบัติในการ แก่ความรู้สีกว่างเปล่านั้นด้วยการรู้จักความว่างที่ทำให้เต็ม ซึ่งวิธีการ ปฏิบัติในขั้นสมาธิล้วน ๆ อย่างเดียวยังไม่เพียงพอ ต้องถึงขั้นปัญญาด้วย

กลายเป็นว่า บุคคลที่พัฒนาจิตปัญญาดี เข้าถึงความว่าง คือรู้จัก ความว่างด้วยปัญญาแล้ว จึงเป็นผู้ว่าง เขาเต็มเพราะเขาว่าง ถ้าเข้าใจ

ความหมายนี้ก็จะเข้าใจสาระของพระพุทธศาสนาในระดับหนึ่ง บุคคลที่ เต็มก็เพราะว่าง และบุคคลที่พร่องก็เพราะไม่ว่าง

เรื่องเกี่ยวกับปัญหาปัจจุบันนี้เท่าที่พูดมาก็คิดว่าพอจะทำให้มองเห็นภาพได้ และเมื่อชี้แจงแสดงหลักการพร้อมทั้งข้อปฏิบัติของพระพุทธ ศาสนาออกมา ก็เป็นการเน้นให้เห็นความสำคัญของปัญญาในพระพุทธ ศาสนาด้วย คือทำให้เห็นว่า ในการแก้ปัญหาเมื่อถึงขั้นสุดท้าย ปัญหา จิตใจก็ต้องแก้ด้วยปัญญา ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาในขั้นตัดสิ้นเด็ดขาด ที่จะ นำจิตใจของมนุษย์ไปสู่อิสรภาพ

สำหรับบุคคลที่ได้แก้ไขปัญหาคิดใจอย่างเด็ดขาดด้วยปัญญาแล้วนั้น ถ้ามองในแง่ของการเป็นอยู่ในสังคม ก็บอกได้ว่าเขาจะอยู่คนเดียวได้ อย่างมีความสุข และเมื่อเขาออกไปสู่สังคม ไปอยู่ร่วมกับผู้อื่น เขาก็จะอยู่ ในสังคมอย่างเป็นสุข พร้อมทั้งช่วยทำสังคมให้เป็นสุขด้วย โดยทำให้ สังคมนั้นกลายเป็นสังคมที่มีความเต็มอึด ถ้าคนในสังคมโดยทั่วไปเป็น อย่างนี้กันก็ย่อมทำให้เกิดสังคมที่ดีงาม ชีวิตก็เป็นชีวิตที่ดีงาม เป็นชีวิต ที่เต็ม เป็นชีวิตที่มีความสุข และทำให้สังคมก็พลอยมีความสุขด้วย

เท่าที่อาตมาได้พูดมานี้ ในส่วนหนึ่งก็ต้องการให้เห็นลึกเข้ามาถึง หลักการของพระพุทธศาสนาบางอย่างที่ตะวันตกกำลังเพ่งมอง เพื่อจะนำ ไปใช้ประโยชน์ บัดนี้ คิดว่าการพูดในเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยากับจิตภาวนา คือ ระหว่างจิตวิทยาสมัยใหม่หรือจิตวิทยาที่มาจากตะวันตก กับข้อปฏิบัติทางจิตใจในพระพุทธศาสนา ก็พอสมควรแก่เวลา หรือเกิน เวลาแล้ว เพราะฉะนั้นจึงขอยุติแต่เพียงเท่านี้

ขออนุโมทนาทุกท่านและขอให้ทุกท่านเจริญงอกงามในการภาวนา เพื่อได้รับประโยชน์จากพระพุทธศาสนาทั้งในระดับจิตใจและปัญญา และ ออกมาสู่พฤติกรรมในทางสังคม อยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์ด้วยความมีศีล โดยทั่วกันทุกท่าน เทอญฯ

เชิงอรรถ

(ข้อความที่คัดมาลงไว้ ณ ที่นี้ บางกรณี (3 และ 4) เลือกเก็บเอาเฉพาะจุดที่เด่น ๆ มาปะติดปะต่อกัน มุ่งให้ผู้อ่านเห็นภาพชัดเจน ในกรณีเช่นนั้น ถ้าจะนำไปใช้ในการอ้างอิง พึงอ้างเฉพาะประโยคที่จบความในตัว หรืออ้างเพียงสาระสำคัญ)

1. “...The religion (*Buddhism*) ...was introduced to the United States from Japan about 100 years ago. But even as late as the 1960s, there were only a few thousand practicing Buddhists, mostly in California, New York and Washington. While figures vary, the recently created American Buddhist Congress estimates there are 3 to 5 million followers. In comparison, there are just under 6 million Jews in the U.S. today and about 2.5 million Episcopaleans.

In the past 20 years, Buddhist centers have increased from a handful, mostly in the most cosmopolitan cities of the United States, to more than 425 in the United States and Canada....They say that in the Western State of Colorado alone, there were no Buddhist centers two decades ago. Now there are twenty. The impact and increasing influence of Buddhism in the United States can be seen in many ways....”
 (“Newslne”, *Voice of America*, Monday morning, August 19, 1991.)

2. กาลามสูตร หรือ เกสปัญฺตยสูตร, อง.ติก. 20/505/241 (A.I. 188) มีสาระสำคัญ ดังนี้

- ๑. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการฟังตามกันมา – Be not led by report.
- ๒. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการถือสืบ ๆ กันมา – Be not led by tradition.
- ๓. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการเล่าลือ – Be not led by hearsay.
- ๔. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์ – Be not led by the authority of texts.
- ๕. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรก – Be not led by mere logic.
- ๖. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะการอนุมาน – Be not led by inference.

๓. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการคิดครองตามแนวเหตุผล – Be not led by considering appearances.
๔. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะเข้าได้กับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว – Be not led by the agreement with a considered and approved theory.
๕. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้ – Be not led by seeming possibilities.
๑๐. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะนับถือว่า ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา – Be not led by the idea, ‘This is our teacher’.

ต่อเมื่อใด รู้เข้าใจด้วยตนเองว่า ธรรมเหล่านั้น เป็นอกุศล เป็นกุศล มีโทษไม่มีโทษ เป็นต้น แล้ว จึงควรถือวัตรปฏิบัติตามนั้น

3. “Don't today's technological changes and social upheavals mean the end of friendship, love, commitment, community and caring?
...For if we look around us we find widespread evidence of psychological breakdown....fully one fourth of all citizens in the United States suffer from some form of severe emotional stress. ...almost no family is free of some form of mental disorder...all complain of social isolation ... the plague of loneliness.
... Faced with an absence of visible structure, some young people use drugs to create it. “Herein addiction,” ... “gives a way of life to the young person....”
To this loss of order we must also add the loss of meaning. ...most people surveying the world around them today see only chaos. They suffer a sense of personal powerlessness and pointlessness.
... For meaning, structure, and community are interrelated preconditions for a livable future....the present agony of social isolation, the impersonality, structurelessness, and sense of meaninglessness from which so many people suffer are symptoms of the breakdown of the past ...
(Alvin Toffler. *The Third Wave*. New York: Bantam Books, 1982, pp.365-379)
4. ...psychic surrender, a kind of creeping zombiism peculiar to our times ..., a malady that's becoming progressively stronger in many aspects of our culture,...is a recent twist. Only for a little more than a decade has a sizable portion of our population decided that the search isn't worth it and turned

their lives over to others.

...Psychic surrender is a form of symbolic suicide:...And more and more Americans are “hanging it up” in this manner. Why do they suddenly feel they are incapable of living their lives? Psychic surrender is a last desperate attempt to remove the stress. In psychic surrender, we choose a symbolic rather than a literal death. The ultimate effect is the release of stress.... why is the stress of nothingness so prevalent in our culture? Why do we feel so alone and lost?
...our is an other-directed society. Both by our job-training and our education, we are taught that what we need to thrive comes from outside us. ...and problems are solved by consulting an expert.
(Michael Scott Cain, “Psychic Surrender, America's Creeping Paralysis,” *The Humanist*, September/October 1983, pp.5-11,32)

5. Almost absent in the United States today is a sense of what the founders of the American republic called “public happiness” —a state whereby trust and civic friendship make public life something to be valued, enjoyed, and respected, rather than avoided, perfunctorily undertaken, or ridiculed.
(Robert J. Nash, Robert S. Griffin, “Repairing the Public-Private Split: Excellence, Character, and Civic Virtue,” *Teachers College Record*, Vol. 88, No.4, Summer 1987, pp.550-551)
6. ...the Freudian one; that of the humanistic psychology of Maslow and Rogers; and the behaviourist and existential forms....nearly all of them,...extend their work to the normal person as well....terms like, for instance, ‘sick society’ and ‘pathology of normalcy’, used by Fromm, betray the dimension in which the concepts of the ‘normal’ and ‘abnormal’ are used today. According to Fromm the pathology of contemporary society includes such features as alienation, anxiety, the fear of feeling deeply, passivity, lack of joy, etc. Symptoms of this nature have made it necessary that the psychologist deal not only with the sick patient, but with the deeper diagnosis of a sick society also.
(Padmasiri de Silva. *An Introduction to Buddhist Psychology*. London: The Macmillan Press Ltd., 1979, p.100)
7. Some decades ago, meditation was commonly neglected by Buddhists who were trying to be modern, because until recently Westerners have scorned it, alleging that quietism and subjectivism are morbid and sap the will to act ... and now that psychiatry has sparked a cult of self-awareness in the West, meditation is coming back into fashion in every part of Buddhist Asia that

Marxism does not hold in thrall to 19th century European attitudes.
(Richard H. Robinson. *The Buddhist Religion*. Belmont, Ca.: Dickenson Publishing Co., 1970, p.116.)

8. เซ็น

Charles Ansell, a California psychologist, blames this lack of direction largely on the impersonal workplace.
(Bernice Kanner, “What Price Ethics? The Morality of the Eighties,” *New York Magazine*, July 14, 1986)

9. According to the Buddhist analysis, there is a difference between ‘being alone’ and ‘being lonely’. The inability to experience solitude and delight in a short spell of being alone is due to the fear of loneliness.
(Frieda Fromm-Reichmann, “Loneliness”, *Psychiatry*, 1959, vol.22)

